

धन्वन्तरि.

SHRI DHANVANTARI.

धन्वन्तरि धृतकरामृतपूर्णकुम्भं पीताम्बरं सकलसिद्धसुखेन्द्रवधम् ॥

वन्देरेवदन्तयनं मणिमालयमायुर्वेदः प्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

दायर्मा अभूतशी भरेक्षुः कृषि धारण्य हरी रहेषा, पीणा पक्षिपरिधानं कनारा, सर्व सिद्धि सुखेन्द्रे प्रणु व'हन क्षन्ति क्षयिक, क्षमण सरणां नेत्रवाणाङ्गमलिभावा रहेरी रहेषा, आयुर्वेद अष्टवे वैद्यसासना प्रवर्तक, अने वणी क्षमता नामतुं स्मरण्य (अनुस्मृति) क्षपायी रोग भात नाम पार्श्वे, अने श्री धन्वन्तरि वज्रवानने नमन करे छु.

Mens sana in corpore sano. "अहेलु" मुण ते ज्ञते नयो."

पुस्तक १० मुं.] लन्धुआरी १९१७. [अंक १ खो.]

The Problem Before Us.

(By DR MAHADEV PRASAD, E. M. E., N. D.)

To be or not to be in tune with the infinitely beneficial laws of Mother Nature is the problem before us. Because in modern times our lives have become discordant and quite out of tune with Nature's harmonious, rhythmic laws; and just in that proportion life has become artificial, superficial, restless, strenuous and unsatisfactory to most of us. We eat certain dishes not because they are best calculated to promote our health and strength but because they either please our perverted palates or the silly society in which we move. We put on certain styles of clothing not because they are best adapted to our climate, to our pockets, and to our position, but because we dare not offend the common custom of apeing foreign manners and apparel. The adoption of strong stimulants, drinks, and foreign beverages does us more harm in various ways than we dream of, and yet we do not eschew them because we foolishly believe them to be a necessity of our times. The custom of keeping late hours wasting life and looks before the midnight lamp followed by late rising is becoming more and more common amongst city people. The work of locomotion that

should really be performed by our legs we try to delegate to the horse, the motor car, the tram or the train and then wonder if our limbs of locomotion get diseased and cause trouble. The powerful muscles of our arms are becoming flabby, and weak for want of profitable use and exertion, which function we force upon servants and poorer humanity. Our minds whose foremost function is to love and acquire truth have become degenerated and crave for imaginary, unreal, but sensational things as supplied by cheap novels, news-papers, and cinema-shows. Our hearts which should go up yearning for the sublime and the beautiful, for things supernal rather than the mere mundane, are swayed ceaselessly by love of luxury and greed of gain, by slavish servitude to the senses and mean self-seeking, so that after some time they lose all power of response to nobler emotions and finer sentiments, to those precious, soft, and sweet whisperings of the soul commonly called "intuitions" and "inspirations". Thus, we the descendents of Rishis and spiritual giants, are becoming dwarfed spiritually, grovelling sensually, and decaying physically. How long, O Children of Mother India, shall we continue to stray away from Mother Nature and the Great Lord of Nature? How long shall we continue to sink deeper and deeper every day into the murky mire of materialism and artificiality of existence? How long, I imploringly ask, shall we continue to disregard the sacred laws of health and hygiene which are absolutely inexorable in exacting obedience from all? In vain do we seek to substitute drugs in place of right living and hope thereby to reach health through a short-cut. Because, says the Christ (Matt. VII, 14), "Straight is the gate, and narrow is the way, which leadeth unto life, and few there be that find it. But wide is the gate, and broad is the way, that leadeth to destruction, and many there be which go in there-at." In medicine as in theology, in modern times as in ages gone by, false prophets have arisen who, instead of declaring from house-tops the grand truth that the only power that preserves and restores health (under normal circumstances), that heals injuries, and cures diseases, is the divine power inherent in all living creatures, and technically called *vismatric nature* (the healing power of nature); instead of teach-

ing people how by simple, temperate and active habits of life to be proof against all disease germs and infections are raising hue and cry in favour of the germ-craze, serums and inoculations. But to these the words of the Bible apply most appropriately.—“Beware of false prophets, which come to you in sheep’s clothing, but inwardly they are ravening wolves Ye shall know them by their fruits” And indeed we have tested enough of the fruits of plague inoculations, tuberculin injections, “606” poisonous treatments for syphilis, and a host of similar humbugs The cure-all or panacea for all the ills that flesh is heir to is to be found only in obedience to Nature’s laws regarding health and never in drugs, serums and inoculations Says the renowned Dr. R. T. Trall, M. D., “‘Cease to do evil’ is a maxim as much true in medicine as in theology.”

The learned Dr. Aug. F. Reinhold, M. D., Ph D., in his famous work “Nature versus Drugs A Challenge to the Drug-ging Fraternity” writes on page 53: “Any person whose prescriptions are aught but those of Nature—pure air, sunlight, physical culture, mental exercise, proper food, and necessary rest, should adopt any profession other than the sacred calling of a physician—healer to the sick—for he is ignorant of the elementary principles of that vocation.”

Which to choose——Drugs or Obedience to Nature——Drugipathy or Naturopathy——is the real problem before us. And upon the right choice depends our future health, happiness and success in life Therefore, let us take counsel together wisely and well, and attend to the weighty words of the renowned Dr. R. T. Trall, M. D., who writes on page 74 of his ‘True Healing Art’:—“My friends, go with me, in imagination, to any one of your rapidly-peopling cemeteries, where the freshly-broken earth tells of the newly-made graves, and there interrogate the mouldering bodies of the prematurely dead Ask them why and of what did they die? What will, what must, their answer be?

“Did *cholera infantum* take that smiling babe away? Was it *scarlet fever* that dragged that little child away? Was it

grave? Did *rheumatism* so soon cause that vigorous youth to be pale and prostrate beneath the clod of the valley? Did *typhus fever* send that stalwart man to his final account? Was it the mere incident of *childbirth*, with a *slight cold*, which hurried that mature woman out of the world so suddenly and so strangely? Or was it a "Mysterious Providence," or a more mysterious chance?

"No, no. Human beings do not die so easily of such trifling ailments. No, I say! Could those crumbling bones and ghastly relics speak, they would tell you in deep sepulchral but in thunder-tones: "This infant died of *antimony* and *ipæcac.* This child was destroyed with *colomel* and *opium*. This youth was killed with *nitre* and *digitalis*. This man was slain with *bleeding* and *blisters*. This woman was slain with *henbane* and *strychnine*, and all victims to 'medical science'.

"There would be exceptions. But such would be the general rule of grave-yard testimony.

" 'God lent his creature light and air,
And waters open to the sky;
Man locks him to a stifling air,
And wonders why his brother dies.'

"Look at the *materia medica* of this false and fatal system once more. If you could see it but for one instant with clear vision and unbiased minds, you would recoil from it with horror. You would renounce and execrate it forever. What are its agents, its medicines, its remedies? Poisonous drugs and destructive processes——bleeding, leaching, scarifying, blistering, caustics, irritants, parasites, corrosives, minerals, vegetable excrescences, and animal excretions——all of the causes of disease known to the three kingdoms of Nature.

"And are these the remedies which Nature has provided? The assumption is a libel on the God of Nature.

"No, no! Nature has not stultified herself, but man has mistaken her teachings. So far from Nature providing drugs as remedies for diseases, the truth is, every drug taken into the living system induces a new disease. Every drug has its own

penalty. Every dose is an outrage on the living system, and in disobedience to physiological law.

"I conclude with a single remark. All history attests the fact, that wherever the Drug Medical System prevails, desolation marks its track, human health declines, vital stamina diminishes, diseases become more numerous, more complicated, and more fatal, and the human race deteriorates. On the contrary, wherever the Hygienic Medical System (Naturopathy) is adopted—and there is no exception—renovation denotes its progress, and humanity improves in all the relations of its existence. And these, Ladies and Gentlemen, are the reasons why I esteem the opportunity to speak in this place so auspicious for the cause I represent, and so important to the welfare of the great human family."

નેચરોપથી અને અન્ય વૈદક પદ્ધતિઓની પરસ્પર સરખામણી.

(લેખક: ડૉ. મહાદેવ પ્રસાદ, ઇ. એમ. ઇ., એન. ડી.).

'First follow Nature, and your judgment frame
By her just standard, which is still the same;
Unerring Nature, still divinely bright;
One clear, unchanged, and universal light,
Life, Force, and Beauty, must to all impart,
At once the source, and end, and test of art."

—Pope.

[ભાષાંતર:—સૌથી પહેલાં તો તમે નિર્સર્ગદેવી-કુદરતને અનુસરતા ચાઓ અને તે માતાના ન્યાયી તેમજ સર્વદા નિર્વિકારીપણાને પ્રમાણભૂત આદર્શ તરીકે સ્વીકારી તેને આધારે સારું શું અને ખોટું શું એવો સારાસારપણાનો નિર્ણય કરતાં શીખો. કારણ કે કુદરતદેવી અભોધ અને વળા દેવી પ્રભાવ પૂરું છે; તે સ્પષ્ટ, સ્થાયી અને સર્વદેશી જ્ઞાનપ્રદાશ રૂપ હોઇ, સર્વ કોઈને જીવન, શક્તિ, અને સૌંદર્ય પુરાં પાડે છે તેમજ કળા માત્રું પ્રભવસ્થાન, અંત અને કસોટીરૂપ પણ કુદરતજ છે."—આન્સ કવિ પોપ.]

ગત શતાબ્દમાં પ્રાકૃતિક શાસ્ત્રો, પ્રદર્શિત વિજ્ઞાન, અને દાકતરી વિદ્યામાં ઘણા સુધારા વધારા અને પ્રગતિ થયેલ છે. પાશ્ચાત્ય તબીબી વિદ્યામાં ચિકિત્સા વિભાગ સિવાય અન્ય શાખાઓમાં સુધારા વધારા બીજી સાયન્સોના જેટલાજ લગભગ થવા પામ્યા છે. આ ઉપરથી અમારો એવું કહેવાનો આશય નથી કે, ચિકિત્સા અથવા ઉપચારશાસ્ત્રમાં નવીન શોધ-ખોળ અને વધારો થયોજ નથી, પરંતુ એમ- એમ કહેવા માગીએ છીએ કે, વ્યવહારમાં સામાન્ય રીતે જેને દાકતરી-તબીબી વિદ્યા-દવાઓનું શાસ્ત્ર કહેવામાં આવે છે તેને સીધે નહિ પરંતુ દવાઓના ઉપયોગ સિવાયજ કુદરતી નૈસર્ગિક ઉપચારરૂઝે વ્યાધિ મટાડવાની વિદ્યા જેને “ નેચરોપથી ” કે “ નેચર ક્યુર ” ઇંગ્રેજીમાં કહે છે તેના વધારા અને ઉપયોગી સંશોધનોને વર્તમાન વૈદ્યશાસ્ત્રમાં મહાન આવકારદાયક ઉમેરા અને ફેરફારો આભારી છે. એટલે કે, જુની દવાઓને નવી રીતે અગર નવા રોગો ઉપર વાપરવાની, અથવા તો નવી દવાઓના નવા ઉપયોગો વિશે શોધખોળ તથા શુશ્રૂષા નિર્ણય કરવાની વૈદ્ય શાસ્ત્રમાં જે જુની ધરેડ કે સીસો પડી ગયેલ છે તે માર્ગે પિટ્થેપેપ્શુરૂપ નિરર્થક પરિશ્રમ કરવાને બદલે પૃથ્વી-પ્રકાશ-પવન-પાણી-વિદ્યુત આદિના સાયન્સીરીક ઉપયોગરૂઝે અને આહારવિહાર તથા દિન-ચર્ચામાં નવીન આરોગ્યશાસ્ત્રને આધારે બહુ નિયમીતપણું સેવીને વ્યાધિ નિવારવાના ઉપાયો વિશે બારે પરિશ્રમે મહાન શોધો કરવામાં આવી છે. અને તેને આધારે જુની, દવાઓની ચિકિત્સા પદ્ધતિ અને નવીન, દવાઓ વિનાની નૈસર્ગિક ચિકિત્સા પદ્ધતિ વચ્ચેનો ધણોજ અગત્યનો ભેદ કે તફાવત હંકમાં અત્રે સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરવા ધાર્યો છે.

પ્રત્યેક સજીવ પ્રાણી અને મનુષ્યના શરીરમાં એક એવી દિવ્ય શક્તિ રહેલી છે, કે જેજેજ આ શરીરને રચ્યું છે, એટલુંજ નહિ પરંતુ તેના સંરક્ષણ માટે રાત્રિદિવસ અવિશ્રાંતપણે તે પ્રયત્ન કરી રહેલ છે. આ શક્તિજ હૃદયને ધબકાવી લોહીને સતત-શરીરમાં વહેવડાવી રહેલ છે. તેજ શક્તિ શરીરને પહોંચતો દરરોજનો ધસારો સુધારી આપણા શરીર રૂપી મંદિર—તનુમંદિર—ની મરામત હમેશાં કર્યા કરે છે. આપણે જાગૃત હોઈએ કે નિદ્રા-વચ, સાવધ કે બેશકામ, અનુકૂળ કે પ્રતિકૂળ સંયોગો વચ્ચે મુકાયલા હોઈએ છતાં પોતાને પ્રાપ્ત સાધનોનો આત્મત કુશળતાપૂર્વક ઉપયોગ કરીને શરીરરક્ષાનું કામ કર્યો કરનાર અદ્ભૂત દૈવી શક્તિને સામાન્ય પરિભાષામાં જીવનશક્તિ, પ્રાણબળ, Vitality, Vital Force, or *Vis medicatrix naturae*, i. e., healing power of Nature કહેવામાં આવે છે. રોગ માત્રને મટાડનાર વાસ્તવિક રીતે આ શક્તિજ હોવાથી અને તે શરીરમાં સર્વત્ર વ્યાપ્ત હોવાથી તે શક્તિનું એકંદર બરોડાળ કે પ્રમાણ શરીરમાં વધે અને તેના શુભ-ઉપકારક પ્રયાસોમાં નડતાં ખાનપાન, અખોદવા આદિનાં વિધો દૂર ધાપ તેવા સામાન્ય એટલે આખા શરીરને લાગુ પડતા ઉપચારો કરવાનું વધારે વાજગી હોવાથી “ નેચરોપથી ” અથવા નૈસર્ગિક ઉપચારશાસ્ત્ર તે રીતેજ બહુધા કામ લે છે; અને રોગી બનેલા દક્ષ એકાદ અવધવમાંજ સુધારણાના પ્રયત્નોને પરિમિત કે સંકુચિત ખાસ અપવાદ તરિક્કે કરી રહે છે. રોગનાં બહાર દેખાતાં ચિન્હોનેજ દવાથી દેવાનો દવાઓનો કનિષ્ઠ માર્ગ ઉચિત નહિ ગણતાં વ્યાધિ થવાનાં મૂળ કારણોનેજ દૂર કરવાનો પ્રયત્ન કરવો એનેજ “ નેચરોપથી ” અથવા નૈસર્ગિક ઉપચારશાસ્ત્ર પોતાના ખરા કર્તવ્ય તરીકે સ્વીકારે છે.

શરીરના સ્વાભાવિક અધારબુધો તેમજ હમેશના ઉપયોગમાં જે વસ્તુઓ હોય તેનોજ ઉપયોગ નેચરોપથી કરે છે, પરંતુ દવાઓ જેવા વિવિધીય અને એરી પદાર્થોને ત્યાજ્ય ગણે છે.

એક લાકડા કે લોહોની પેટીમાં તરફવાર પરચુરણ ચીજો ભરેલી હોય તેની માફક આપણું શરીર કોઈ પરસ્પર વ્યવસ્થિત અને અતિ ગાઢ સંબંધ વગરના જુદા જુદા ભાગ-હેમ્ફ, ફેફસાં, યકૃત, જઠર આદિ-ના સમુહ રૂપ નથી. પણ પ્રત્યેક ભાગ-અંગ-અવયવના હિત અને હયાતી ખાતર સમગ્ર શરીરમાં જ કામ કરે છે, અને તેજ પ્રમાણે સમગ્ર શરીરમાં જ અખાધિત-પણે આલ્સા કરે તે માટે પ્રત્યેક વિભાગ કે અંગક્રિયામાં કાર્યમગ્ન રહ્યા કરે છે; અને તેમ કરીને સમતોલપણાનો, તાલબદ્ધપણાનો, આપણે-વિનિમયની આદર્શરૂપ વ્યવસ્થાનો, સર્વોત્કૃષ્ટ નમુનો નીરોગ માનવ શરીર પુરો પાડે છે.

શરીરના સર્વ ભાગ એક ખીજ સાથે રક્તવાહિનીઓ, મેદાવાહિનીઓ, અને મજ્જાતંત્ર કે જ્ઞાનતંત્રો વડે ધનિષ્ઠ પણે જોડાયેલા છે; આ કારણે લીધે શરીરના કોષપણુ એક અવયવ કે ઇંદ્રિયને હરકત કે હાનિ કરનારી બાબત સમગ્ર શરીરના ઉપર પણ અમર કરે છે, અને શરીરના કોઈ પણ એક ભાગને તુકશાનકર્તા કારણની ભામે થઈ તેને શરીરની બહાર કાઢી નાંખવાનો પ્રયત્ન આજુ શરીર કરે છે. આવી શરીરસંરક્ષક શક્તિ સર્વે સજીવ પ્રાણી-ઓમાં અને મનુષ્યોમાં રહેલી હોય છે, જેને આપણા આયુર્વેદિક ગ્રંથોમાં “વૈષ્ણવી શક્તિ” (શ્રી વિષ્ણુ ભગવાન જેમ સમગ્ર વિશ્વનું સંરક્ષણ કરે છે તેમ પ્રાણીઓનાં શરીરનું) ઓહારાત્ર અહ્યુત રીતે સંરક્ષણ કરવા તરફ રહેનારી તેમનીજ વિભૂતિ રૂપ શક્તિને ‘વૈષ્ણવી શક્તિ’ એવું નામ તદ્દન વાસ્તવિક છે) એવું નામ કેટલેક સ્થળે આપવામાં આવ્યું છે. ઇંગ્રેજમાં આ શક્તિને “ વાઈટલિટી, ” “ વાઈટલ પાવર, ” “ લીફીંગ પાવર ઓફ નેચર ” ઇત્યાદિ (Vitality, Vital Power, Healing Power of Nature, etc.) નામે ઉદ્દેશ્યવામાં આવે છે. આ શક્તિ કેવી અમત્કારિક રીતે શરીરની રક્ષા અને સુધારણાનું કાર્ય કરે છે તેનાં થોડાંક સાદાં અને સામાન્ય દૃષ્ટાંતો અત્રે તપાસીએ. એક મનુષ્યને અકસ્માત ચોટ લાગી તેનું હાડકું ભાગી જાય છે ત્યારે તે હાડકું ફરીથી બરાબર સંધાઈ જાય ત્યાં સુધી તેને હલાવવું ફરવું કે તેના પર જોર આવવા દેવું ન જોઈએ તે માટે કુદરતની ઉપર રહેલી શક્તિ ત્યાં સોજે અને દુઃખાવો એવાં ઉપક્રમ કરે છે કે તે ભાગને જરાપણુ હલાવવા જતાં બહુજ તીવ્ર વેદના થાય છે. આ રીતે તેને હાલતો બંધ કરીને હાડકું સંધવા માટે તે સ્થળે શરીરની અસ્ફરજ બનેલ એક જાતનું સીમેન્ટ (Cement or Callus) મોકલે છે, અને કેટલીકવાર જો ખાસ જરૂર જણાય તો તે ભાગેલા હાડકાને અંદરથી સાધી દેવા ઉપરાંત તે તુટેલા ભાગની આસપાસ એક કડી કે પટો વધારે મજબુતી મોટે બનાવે છે, અને લાંબી સુદૃઢ પછી જ્યારે તેની જરૂર ન રહે ત્યારે તેને ફરી ઓગાળી પણ પોતે જ દે છે. ખીલું દર્દાંત લેઈએ. શરીરનો કોષપણુ ભાગ કષાવાથી ત્યાંથી લોહી બહાર પડેલા લાગે છે. આવી વખતે ધા ઉપર દમાણુ કરીને કે અન્ય નિર્દોષ સાધન વડે લોહી જતું અટકાવવામાં નથી આવતું ત્યારે કુદરતની ઉપર રહેલી શક્તિએ એવી યોજના કરી રાખેલી છે કે, લોહી બહારની હવાના સંબંધમાં આવતાં જ કરી જાય છે (=Coagulates) (જેમ દુધમાં દહીં જેવો ખાટો પદાર્થ મળવાથી તે અજરાઈને બંધાઈ જાય છે તેમ) અને કષાયલી નસોનાં મ્હોં બંધ કરી દે છે. શરીરનો રાસભાગિક આધાર ન હોય તેવી ચીજો શરીરમાં દાખલ થવા જતાં જ તે તરફ મુખ, નાક, આંખ (રસ, ગંધ, રૂપ ઇત્યાદિ પારખનારી ઇંદ્રિયો) સખ્ત અણુગમે દેખાડે છે, છતાં લાંબી કુદરતી અગર ખીજ વસ્તુઓમાં બેગતીને તે ચીજો બળાકારે શરીરમાં દાખલ કરવામાં આવે છે ત્યારે તે વસ્તુઓ જો સારી રીતે પચી શકે તેવી ન હોય અગર

તો લોહીમાં દાખલ થવાથી શરીરને હાનિ દેરે તેવી હોય તો તેને ઉઘટી કરીને કે ઝાડા કરીને બહાર દાઢી નાંખવાનો ચતુર પ્રયત્ન પણ શરીરમાં રહેલ કુદરતની શક્તિજ કરે છે. મોટાં ધા પડવાથી બ્યારે એક રક્તાવાહિની (Blood-vessel) કપાઇ જાય છે ત્યારે ત્યાંની બીજી નાની નાની રક્તાવાહિનીઓ જેને સૂક્ષ્મશિરોધમની (=કેપીલરીઝ=Capillaries) કહે છે તે પોતે મોટી બનીને આગાહના નેટવર્ક લોહી તે ભાગને મળતું રહે તેવી યોજના કરે છે. આવા સહકારીપણના કાર્યને શારીરવિજ્ઞાનશાસ્ત્રમાં “ કોલ્ટેરલ સરક્યુલેશન ” (Collateral Circulation) કહેવામાં આવે છે.

તેનીજ રીતે વિવિધ કારણોને લીધે બ્યારે એક મૂત્રપિંડ (કુરો=kidney) પોતાનું કામ કરવાને અશક્ત બને છે ત્યારે તેના બેડીદાર બીજા મૂત્રપિંડ કદમાં મોટા બનીને બેવડું કામ કરવા લાગે છે. તેનીજ રીતે રક્તાશય એટલે હૃદય (Heart) નું એક નીચેનું ખાતું જેને ઇન્ફ્રીકલ ‘ વેન્ટ્રીકલ ’ Ventricle કહે છે તેના ઉપર કામનો ધણોજ વધારે બોળે (વાલ્વ Valves અથવા ઢાંકણાંની વ્યાધિયરત સ્થિતિને લીધે) પડવા લાગે છે ત્યારે તે વેન્ટ્રીકલ પણ મોટું બની વધારે પડતા કામને પહોંચી વળે છે, એવી કુદરતની અજ્ઞ બલીદારી છે. ક્ષય આદિ ફેફસાંનાં દરોને લીધે બ્યારે ઘણીવાર ફેફસાંનો ઉપરનો ભાગ પુરતા પ્રમાણમાં કુલીને જરૂર નેટવે આશ્લીઝન નામનો પ્રાણવાયુ લેઇ શકતો નથી ત્યારે તે ખોટ પુરી પાડવા માટે માયાણ કુદરત માતા (વૈષ્ણવી શક્તિ Vitality) એવી યોજના કરે છે કે ફેફસાંને નીચેનો ભાગ હમેશના કરતાં ઘણાજ વધારે પ્રમાણમાં કુલીને વધારે હવા લેઇ શકે તેવો કેટલીક વાર બને છે; જે સ્થિતિને ઇન્ફ્રીકલ ‘ વિકેરિયસ એમ્ફીઝીમા (Vicarious Emphysema, i. e., one for another) કહે છે.

કુદરતી શરીરમંરક્ષક શક્તિની કાર્યસાધક પદ્ધતિનાં આ તો સાદાં દ્રષ્ટાંતો છે, પરંતુ અત્યંત બયંકર વ્યાધિયરત સ્થિતિમાં, અને શરીર તથા મનની વિકટ ગુચ્છવાડા બરેલી ક્રિયાઓમાં પણ આજ દેવી શક્તિ એટલીજ કુદરતી અને આશ્ચર્યજનક પ્રવીણતાથી અહોનિશ પ્રદર્શિમાન રહે છે.

સામાન્ય રિવાજ એવો છે કે જે અંગ કે શરીરનો અવયવ બગડ્યો હોય તેના ઉપરજ દવાના કે બીજા ઉપચારો લગાડવામાં આવે છે. દાખલા તરીકે, પક્ષાઘાત, લંકનો, અર્ધાગવાયુ કે ‘ પેરાલીસીસ ’ના રોગમાં દરદીના માથાપર બરફની કોથળા મૂકવી; તીવ્ર શિરોવેદના, માથાના ચસકા અને દુઃખાવા ઉપર વિજળીનો પ્રવાહ સીધી રીતે માથામાં ચઢાવે વહેવરાવે; જરૂર કે હોજરીના વ્યાધિઓમાં તે બગડેલ પચનદ્રવ્યનેજ ઉત્તેજિત કરે તેવાં ઔષધોનો ઉપયોગ; ગર્ભાશયના શ્લેષ્માવરણના ચોળ માટે ચમચાના આકારના યંત્ર (‘ક્યુરેટ’=Curet or Curette) વડે ઊલવાની ક્રિયા અને ‘ કૌટેરાઇઝીંગ ’ એટલે દવા અગર વિજળી વડે બાળવાની ક્રિયા કરવી; ચોરીયા, પડ્મ, અને ગળાના રોગોમાં તે તે બાગપર દવા ચોપડવી, દવાના કોગળા કરાવવા અગર તો તેને બાળી નાંખવું (‘ કૌટેરાઇઝીંગ ’=Cauterizing). તેનીજ રીતે ‘ ફિયેરિયા ’ કે કંદરોહિણીના વ્યાધિના ઉપચાર તરીકે આજ સુધી સીધર નાહટ્ટ અગર કાર્બોલિક એસીડવડે રોગી બનેલા ગળાની આમડીના પડને બાળી નાંખવાનો રિવાજ હતો, પરંતુ તેમ કરવા જતાં કેટલીક જગ્યાએ દવા ધણી લાગી જઈ સાંઠાં પડવા બગર બાગેજ રહેતાં અને તેથી આળી બનેલી જગ્યાએ રોગને ફેલાતું સાઈ ફાવતું હતું.

જર્મની, અમેરિકા આદિ સાયન્સમાં આગળ વધેલા દેશોમાં આવા ઉપચારોને બૂલ બરેલા ગણી તથા દેવામાં આવ્યા છે. ગળકડપરાંત ટામ કરી કરીને થાકી જવાથી, અથવા તો બહાર કાઢી નાખી શકાય તેના કરતા વધારે પ્રમાણમાં વિનિતીય તત્વો એકત્ર થવાથી, કાંઈ એક ભાગ રોગી બન્યો હોય ત્યારે ઉપર કહ્યા તેવા સ્થાનિક ઉપચારો (Local treatments) કરવાથી તે અવયવ વધારે થાકી જવાનો અને તે ભાગ તરફ ભવિષ્યમાં વધારે મલીન પદાર્થો આકર્ષાઈ આવવાનો સંભવ છે આના ઉપચારો તરફ નવીન જ્ઞાનપ્રકાશની મદદથી જોતા તે ઘણા અણુઘટ અને જડમતિવાળા જણાય છે. શારીરશાસ્ત્રના વધારે ઉંડા જ્ઞાનને આધારે, વાસ્તવ શુદ્ધિને અનુકૂલ રીતે નેચરોપથી આપણને એમ શીખવે છે કે, થાકી જઈને કે મળપૂર્ણ બનીને રોગી થયેલ અવયવને દવાઓ કે ખીજ માધતો વડે ઉષ્કેરી કે ઉત્તેજિત કરી પરિશુષ્કે છેવટે વધારે થકરી નાખવાને બદલે તે અવયવને જો તેટલી વિશ્રાંતિ આપી તેનું કામ બની રહે તો શરીરના ખીજ ભાગ પાસે કસવનું આથી નેચરોપથી સ્થાનિક ઉપચારો (Local treatments) અપનાવે છે કરવાના રાખી સામાન્ય નિયમ તરીકે તો આખા શરીરના ખીજ અવયવોને સંતોજવાના નાગ ઉપચારો (Constitutional Remedies) કરવાની ભલામણ કરે છે. આના ઉપચારોથી રૂઢિગભિમરણ (લોહીના શરીરમાં ફરવાની ક્રિયા) નિયમિત બને છે, અને તુકશાનકારક તત્વો કે વિનિતીય મળ શરીરમાંથી વધારે પ્રમાણમાં નિકળવા લાગે છે આ નિયમ પ્રમાણે માથું હુખવું મટાડવા માટે આપણે ગરદન તથા હાથ (Forearms) ને વિજળી લગાડવી જોઈએ, ગળાના સોજા માટે આખા શરીરે અને ખામ કરીને પગે એવી રીતે મદદ અને ચપી (Massage) કરવી કે જેથી ગળાની અદર વધારે પ્રમાણમાં ભરાયલું લોહી ખીજ ભાગ તરફ ખેંચાઈ જાય તેજ પ્રમાણેના ઉપચારો પગને વગળા આપી અથવા ગરમ પાણીમાં લાગેલ વખત જોળી રાખી અગરતો આખા પગપર ગરમ પાટા બાંધી ગળાના દરદને નરમ પાડવું જોઈએ, ઇત્યાદિ દરદના સ્વરૂપ, રોગી મનુષ્યની શારીરિક સ્થિતિ, પ્રાપ્ય સાધનો, ઇત્યાદિનો નિચાર કરી પ્રત્યેક ઉપચારની યોજના કરવાની હોય છે, અને કેટલાક પ્રસંગે આખા શરીરના સામાન્ય ઉપચારો (જનરલ ટ્રીટમેન્ટ) ની સાથે સાથે રોગી અવયવના સ્થાનિક ઉપચારો (લોકલ ટ્રીટમેન્ટ) કરવાનું પણ લાભાચક અને સલાહકારક થઈ પડે છે—જેમકે, નાકેથી પાણી પીવું, અગર તો નાકમાં સફ્તમખિડુઓવાળો છટકાવ કરવો (Nasal spray), ગર્ભાશયનાં વિવિધ દરદ માટે “થુર બ્રાન્ડ” ની પદ્ધતિ પ્રમાણેની ચપી અને કસરત (Thure Brandt massage & Curative Gymnastics) ઇત્યાદિ.

પ્રતિકૂળ સંજોગોમાં મૂકાવાથી જે શારીરિક અન્યુવરણ કે વિકાર ઉત્પન્ન થાય છે તેનાં લક્ષણો યાં વ્યાધિના ચિન્હો એ જાહેરાત શરીરસંરક્ષક કુદરતી શક્તિના હાનિકારક પદાર્થોને શરીરમાંથી કાઢી નાખવાના વિવિધ પ્રયત્નોજ હોય છે. આના સ્વત્વ પ્રયત્નોજ ચિન્હો વા લક્ષણોને દબારી દેવાની તુકશાનમગ્ન પ્રવૃત્તિ આનરવાને બદલે નેચરોપથી (કુદરતી નૈસર્ગિક ઉપચારશાસ્ત્ર) તો મૂળ કારણોનેજ દૂર કરવાનો ખરો માર્ગ લે છે જેને પરિશુષ્કે “મૂલો નાસ્તિ કુત સાખા” એ ન્યાયે અને વ્યાધિના સર્પે લક્ષણો પણ અજાણજ નજી વ્યાધિનું પણ અરોપત નિવારણ થાય છે. એક દશાતથી આ વાત વધારે સ્પષ્ટ થશે એક દરદી કે જેનો ધર્મોજ એવા પ્રકારનો છે કે જેને લીધે આખો દિવસ તેને ખેમીજ રહેવાની ફરજ પડે છે, તે દરદી વગી ઉપર બારે ખોરાકો (ઈંડાં, માગ, માસુરી, લાડુ વગેરે) ખા-

વાની ટેવ રાખે છે તો પછી મોઢું વહેંચું તેને વેંચ કે દાક્તર પાસે જઈને માથું દુખતું, ઠંડા પગ, અરિચિ, બંધકોષ, અર્પ કે મસા, રૂધિરાભિસરણુ ખામીવાળું હોવાનાં સર્વ ચિન્હો, યકૃતમાં લોહીનો જમાવ અને આમ અને મેદના અપકવ પચન ઇત્યાદિની દરિયાદ કરવી પડે છે. સામાન્ય તબીબી ઉપચારની રીત પ્રમાણે ચાલનાર ચિકિત્સક તો બહુધા લગભગ દરેક ચિન્હ માટે અલગ અલગ દવા આપશે—એટલે કે માથું દુઃખતું મટાડવા માટે એક દવા, કબજીયત માટે બીજી દવા, બૂખ અને રૂચિ વધારનારી ત્રીજી દવા, અને જે વળી અર્પ એટલે મસા મોટા અને અડચણ કરે તેવા હોય તો તે માટે આપરેશન (શસ્ત્રક્રિયા) કરાવવાની પણ બલામણુ કરશે. આવા ઔષધોપચારથી થોડા દિવસ સુધી દરદીને રાહત મળેલી લાગશે; પરંતુ જે તે દરદી પોતાની કામધંધા અને ખાનપાનની નુકશાનકારક ટેવો ચાલુ રાખી પચનેદ્રિય ઉપર ગળ ઉપરાંતનો બોળને નાંખ્યા કરશે તો દવાઓથી જાણાયશે કાચો દીર્ઘ સમય ટકશે નહિ. કારણો નાશ પામેલાં નહિ હોવાથી પૂર્વેનાં ચિન્હો વારંવાર પ્રકટ થઈ આવશે. નેચરો-પથો (નૈસર્ગિક ઉપચાર પદ્ધતિ) આવી ચિન્હો દવાની દેવાની સારવાર (Symptomatic treatment) ને જદે નીચે પ્રમાણે ઉપચારની યોજના કરશે. આખા શરીરની સામાન્ય મર્દન—ચપીવડે રૂધિરાભિસરણુને નિયમીત બનાવવું; ગરમ પાણીમાં પગને બોળી રાખવા; પગે વરાળ આપવી; દીર્ઘ શ્વાસપ્રશ્વાસ—પ્રાણાયામ અને પેટની કસરતોવડે પેટ-પેડુમાં બહુ બરાઈ રહેતા લોહીને શરીરના ખીજા ભાગ તરફ ખેંચી લેવું; અને ધંધાને લીધે જે બેઠાબેઠ જીવન (Sedentary life) દરદીને ગાળવી પડતી હોય તેની માઠી અસરોનો પ્રતિકાર કરવા માટે ખુશ્કી દવામાં હોડવાની કે બીજી કસરત; ખોરાકમાં છાં, માંસ, અને અનાન્યાથી બનેલા પણ બારે ખોરાકો બંધ કરી તેને ફળ, લીલોતરી અને શાકભાજી, બાત, છાશ ઇત્યાદિ; અને પાણી ઉપરાંત જે અન્ય કાંઈ પીવુંજ હોય તો લેમોનેડ, લીંચુનું ઘેર બનાવેલું બહુજ થોડી ખાંડવાળું શરબત, નારંગીનો રસ અને પાણી, કેરીનો ખાદ્દો (શરબ) અને તાજી છાશ, એમાંથી એકાદ ચીજ. આવી રીતે નુકશાનકારક અસરો દૂર થઈને વ્યાધિનું હમેશને માટે નિવારણ થઈ જશે. આજ સિદ્ધાંતને અનુસરીને વિચાર કરતાં આપણને લાગે છે કે અગ્રીજુ જેવી વસ્તુઓની મદદથી આડા કે અતિસારને રોકવાનું સલાહ કારક નથી, કારણ કે તેની વખતે આડા મારફતે જે પદાર્થો શરીરમાં ઉપયોગમાં આવી શકે તેવા ન હોય, અને શરીરમાં રહી નુકશાન કરે તેવા હોય તેનેજ શરીરસરક્ષક કુદરતી શક્તિ બદાર કાઢી નાંખતી હોય છે. તેવીજ રીતે પીણ કે વેદના ઓછી કરવા માટે વ્યારે ત્યારે અગ્રીજુ, શીનાસેડીન વગેરે જેવી દવાઓનો ઉપયોગ કરવો તે નુકશાનકારક છે. (આવા ઘણા ખરા કેસોમાં નેચરોપથી પીણશમનાર્થે દુઃખતા બાગમાંથી વધારે પડતું લોહી દૂરના ભાગ તરફ ખેંચી જવાની કુદરતી રીતે Derivative Treatments પડે, તેમજ ઠંડાં અગર ગરમ વેષ્ટનો—કે પડાનો મદ્દગતાથી ઉપયોગ કરે છે.) શરીરમાં કિચિન પણ અસાધ્યારણ કે અસ્વાભાવિક ચિન્હ દેખાતાં તેને ઔષધોપચારવડે એકદમ દબાવી દેવાની ઉતાવળ જ્યાં ત્યાં કરવામાં આવતી દેખાય છે, પણ આનું વર્તન નેચરોપથીના સિદ્ધાંત અને બુદ્ધિથી વિરુદ્ધ છે. કાષ્ઠા તરીકે, તાજા પ્રમેદની રસી એકદમ બંધ કરવા માટે સફેદ આદ્ર ઝીંક, નાઇટ્રેટ આદ્ર સીલ્વર, ટેલિકે ઓસીડ, બાઇક્રોમોરાઇડ આદ્ર ગરમપુરી, પ્રોટારગોલ, ગ્લોસીન, ઇત્યાદિ દવાઓનાં મિશ્રણની પિચકારી મૂલાશપમાં મારવા છતાં પરિણામે નિર્દયતાજન મળે છે; કારણ કે આવા અનાડી ઉપાયોથી જે કે થોડો સમય પડે કે રસી આટલી જલ્પ છે,

પરંતુ મલિન પદાર્થોને બહાર નિકળી જતા અટકાવવાથી મોડી વહેલી વધારે દુઃખદ પીડાઓ જન્મ પામે છે. જેની કે, મૂત્રમાર્ગના ઉપવા ભાગનો મોત્તે, મૂત્રાશયના મુખનો ધ્વેષ્મવિકાર અઘિલા (પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથ) ગ્રંથિનો સોજો, અથવા તે ‘પેરિનીયમના’ ઢીલા તંતુઓનો મોત્તે (Inflammation of the loose connective tissues of the perineum) ઇત્યાદિ. સ્વરૂપમાં કહીએ તો ‘છૂંતું’ પ્રમેહનાં સર્વ લક્ષણો સાથે જોડાયેલી અસંખ્ય ઉપાધિઓ અને પીડાઓના લોગ દીર્ઘકાળ પર્થત તેને થઇ પડતું પડશે. તેવીજ રીતે શરીરે કુટી નિકળતા રોગો, તમ્બ ગરમી, અને ત્વચા (ચામડી) ના વ્યાધિઓને પણ દબાવી દેવાની ઉતાવળ કે છૂલ કરવી ન જોઇએ; કારણ કે તે મલવિસર્જક કુદરતી ક્રિયા છે, અને અયોગ્ય ખાનપાન કે આયોહવાને લીધે શરીરમાંથી અન્ય રીતે નહિ કાઢી નાખાયલાં એરોને બહાર કાઢવાના કુદરતી શક્તિના પ્રયત્નરૂપ તેવાં દરદો હોય છે.

તેવીજ રીતે ધનાટય અને એશઆરામી કુટુંબોમાં અનિદ્રા અર્થાત્ ઉંઘ નહિ આવવાની ફરિયાદ ઘણી જોવામાં આવે છે. આ દરદ માટે કશોરલ હાઇડ્રેટ, ઓમાઇડઝ ઓફ પોટશિયમ-સોડીયમ-એમોનિયમ, ડીકયર હાયોરયામી, અશીણ, ઇત્યાદિ દવાઓમાંથી એક વા વધારે વાપરવાથી શરૂઆતમાં તો લેનવાળા, અર્ધજનગૃતિવાળા, કે સ્વપ્નાંવાળા નિદ્રા આવે છે, પરંતુ અનિદ્રાનાં મૂળ કારણોનો નાશ આ દવાઓથી થઇ શકતો નથી. ઉલટું શરીરમાં આ દવાઓનાં જેરી તત્ત્વો ઉમેરાવાથી દરદીની સ્થિતિ વધારે ખરાબ થતી જાય છે, અને તેથી ઉત્તરોત્તર વધારે પ્રમાણમાં, અને વધારે સખત જાતની, દવાઓ લેતા રહેવાની ફરજ પડે છે, એટલુંજ નહિ પણ આવા ઉંઘા ઉપચારોથી દરદીની શક્તિ નાશ પામે છે જેને ઉમેરમાં “નર્વસ પ્રોસ્ટ્રેશન” કહે છે. અનિદ્રા એટલે ઉંઘ નહિ આવવાના વ્યાધિવાળા દરદીનું જીવન આપણે તપાસીશું તો આપણને જણાશે કે તે દરરોજ કંક (સ્ટ્રોન્ગ) ચ્હા કે કોરી પીવાની ટેવવાળો, ભારે અને મરી મસાલાવાળા તથા તળેલા ખોરાકો ખાનારો, મગજને ઉષ્ણરોગી વાર્તાઓ અને ચોપાનીઆં વાંચનારો, નાટક-સિનેમેટોગ્રાફ અને ગાયનના જલમોને શોખીન, મોડી રાત્રે જોજન કરનારો, અને દિવસે પરિશ્રમ વિનાની આજાસુ જીવગી ગાળનારો ધણે ભાગે હોય છે. આવા મનુષ્યે દવાઓ પાછળ ફર્યાં મારવાને બદલે પોતાની જીવગી સાદી, નિયમીત, મહેનતુ અને શાન્ત બનાવવી જોઇએ કે જેથી વ્યાધિનાં ખરાં કારણોનો નાશ થવાથી સ્વાભાવિક રીતેજ શાન્ત મીઠી નિદ્રા આવવા લાગશે, અને શરીરમાં કોવત પણ વધશે.

કુદરતને અનુકૂલ ખાનપાન અને સંજોગોમાં ફેફસાંની મારફત ફક્ત વાયુમય જેરી તત્ત્વો અને વરાળજ બહાર નિકળી જાય તેવી ચોજના હોય છે, પરંતુ અસ્વાભાવિક સ્થિતિની અંદર ફેફસાંમાં મલિન પદાર્થોના ધણો જમાવ થઇ ત્યાં લોહીનું દબાણ વધે છે, શ્વાસ પ્રથાસમાં લેવાતી મુકાતી હવાના સંબંધમાં આવનાર ધ્વેષ્મત્વચા મુઠ આવે છે, અને તેમાંથી ચિદ્રણાં બહારમ નેવાં પ્રવાહી ઝરે છે, જે શ્વાસ પ્રથાસની ક્રિયામાં અંતરાય નાંખે છે ત્યારે તેને કાઢી નાંખવા માટે શરીરસંસ્કૃત કુદરતી શક્તિ ખાંસી કે ઉધરસને પેદા કરે છે. આવે વખતે દવાઓના ઉપયોગથી ખાંસી કે ઉધરસને દબાવી દેવી એ બુદ્ધિથી ઉલટું અને હાનિકારક છે, કારણ કે કુદરતના શ્રુમ પ્રયત્નમાં તેવી દવાઓ વિધ્નરૂપ થઇ પડે છે. “ધી ક્રાઇડ ફ્રીલી ડાઇટ” નામના તખ્તીખી પુસ્તકના ૫૪ ૩૬૮ પર આ સંબંધમાં નીચે પ્રમાણે સંજોગો લખેલા છે.

“We would only like to give the warning that many of the ‘soothing’ mixtures contain opium in such amount that fatal results may follow their use in young children and in old people; the sensitiveness of the bronchii is dulled to such an extent that secretion accumulates without any desire to cough, and the unfortunate person is practically drowned in what should have been brought up by coughing.

(ભાવાર્થ.) અમે ફક્ત એટલીજ ચેતવણી આપવા માગીએ છીએ કે, કદ અને ખાંસીની ઘણી ખરી દવાઓમાં અરીણુ એટલા વધારે પ્રમાણમાં હોય છે કે તેના ઉપયોગથી ઘણીવાર બાળકોનાં અને વૃદ્ધ સ્ત્રીપુરુષોનાં મરણો નિષ્કર છે; આવી દવાઓના કેદને લીધે શ્વાસનલિકાઓની લાગણી એટલી બધી બહેર મારી જાય છે કે ચીકણા કદ કે બલગમથી તે સ્વદ્ધમ શ્વાસનલિકાઓ લગભગ પુરાં જાય ત્યાં સુધી દરદીને ઉધરસ ખાવાની ઇચ્છા થતી નથી, જેને પરિણામે જે ગંદા પદાર્થો ઉધરસ આવીને ગળાડા તરીકે બહાર નિકળી જતા જોઈએ તેમાંજ તે દરદી જલ્દી કે હુખી કે શુગળાઇ મરે છે.”

(અપૂર્ણ.)

સ્ત્રી અને પુરુષ વચ્ચેના યોગ્યાયોગ્ય સંબંધ વિષે, મહાત્મા ટૉલર-ટૉયના વિચારો.

[અનુવાદક:—ડૉક્ટર મહાદેવપ્રસાદ, ઇ. એમ, ઇ., એન. ડી.]

(અનુસંધાન ગત અંકના પૃષ્ઠ ૪૬૫ થી.)

સ્ત્રી પુરુષ વચ્ચેના યોગ્યાયોગ્ય સંબંધ વિશેના અગ્રાંક જાણીનેલા પાંચ મુદ્દાઓ વિષે મતભેદ હોવાનો સંભવજ નથી એમ મને લાગ્યું. કારણ કે, પ્રથમ તો, મનુષ્ય જાતની કલતિ અને પ્રગતિ જે દમોશાં લપટપણા કે ભોગાસકિતિમાંથી નિકળીને વધારેને વધારે પવિત્રતા અને ઇદ્રિયનિયંત્ર તરફ હોય છે તેને ઉપર લખેલી બાબતો તદ્દન અનુરૂપ છે. વળી સમાજની ખરી નૈતિક બાબતો અને પ્રત્યેક મનુષ્યના અંતઃકરણની દૈવી સ્ફુરણા જે દમોશાં બ્યભિચાર અને વિપરીપજ્ઞને ધિક્કારી સમ-દમ-સંયમ (Control of mind and of the senses), શૌચ, બ્રહ્મચર્યાદિ તરફ માનવરતિ અને પક્ષદગી પ્રદર્શિત કરે છે તેને પણ ઉપરના પાંચ મુદ્દાઓ પ્રુટિ આપે છે. તદુપરાંત જે ધર્મશાસ્ત્રોના અનુયાયી હોવાનું આપણે અભિમાન રાખીએ છીએ, અને જેને અવલંબીનેજ આપણું નીતિશાસ્ત્ર, સમાજશાસ્ત્ર અને સંવાચારની બાબતો રહેવાં છે, તે ધર્મશાસ્ત્રના ઉપરેશના ઉપરથી નિઃશંકાં સત્ય તાર્કિક અનુમાન કે વ્યવહાર રદ-રચદ્ધ મારા ઉપર લખેલા પાંચ મુદ્દાઓ દ્વારા આ સર્વ કારણોને લીધે, સામાજિક અનિષ્ટતાઓને દૂર કરવાની પદ્ધતિ કે માર્ગો વિશે મતભેદ હોય છે પરંતુ મારા જાણીનેલા પાંચ મુદ્દાઓમાં દર્શાવાયેલા અનાચારો એ ખરેખર અનાચારોજ છે, તે પાપરૂપ પદોઓ (Evils)

કે બદતાજ છે, એ વિશે મતભેદ હોય શકેજ નહિ એમ મને લાગ્યું હતું.

પરંતુ પાછળથી એમ દેખાઈ આવ્યું કે એમ માની લેવામાં હું ભ્રમીયો હતો.

જે કે એ વાત ખરી છે કે, સીધી અને સ્પષ્ટ રીતે તો મનુષ્યોને કયુંક ક્યાં વિના ચાલતું નથી કે, લગ્ન પૂર્વે કે લગ્ન પશ્ચાત્ જનન્યતા વા પાપમય બ્રહ્મચાર એ નિષ્ઠ છે, અને કૃત્રિમ સાધનોની મદદથી પ્રજોત્પત્તિ અટકાવવી એ કુદરતના કૃત્રિમ નિયમોથી ઉલ્લંઘ છે, તેમજ છોકરાંની આત્મિક ઉત્પત્તિ કે અનનતિ થશે તેની દરકાર ક્યાં વગર તેમનાં સ્વૃણ શરીરોનેજ લાડ લકાવી માતેલાં બનાવવાં એ વખોડી કહાડવા જેવું છે, અને વિવાહિત યૌવ કે અવિવાહિત સ્ત્રી વિષયભોગના ભોગવવામાં કે તે વિષેની કાષ્ઠનિક સૃષ્ટિ સ્ત્રી તેમાં મશ- શુલ થવામાં દિવિત પણ મહત્ત્વ કે દિવ્યતા રહેવ નથી-હુંકામાં છઠીએ તો, વ્યભિચાર અગર પોતાની સાથે લગ્નથી નોડાયેલી વક્તિ સાથે પણ બહુ વિષયાસક્તિયુક્ત વ્યવહાર એ નિર્મલ કૌમારવસ્થા કે સાગ્રોપાંગ બ્રહ્મચર્યપાલન (absolute chastity or celibacy) થી ધણીજ હલકી સ્થિતિ છે. આ વાત જો કે સીધી રીતે તો કમુચ ક્યાં વિના કોઈ પણ સમજી સમ્ય મનુષ્યને આવડતું નથી એ ખરૂ છે, છતાં આકસ્તરી રીતે તેનો નિષેધ કરવાના હેતુથી એવો પ્રશ્ન ઉઠાવવામાં આવે છે કે:-“ નૈષ્ઠિક બ્રહ્મચર્યવસ્થા વા ચાવનિજનન કેવલ કૌમારી સ્થિતિ એ જો લગ્ન કે વિવાહિત દશા કરતાં ખરેખરજ ચઢી- યાતી હાલત હોય, તો પછી સ્ત્રી પુરુષ-દરેક વ્યક્તિએ તે સારે માર્ગેજ જવું જોઈએ એ ખુલ્લું છે. પરંતુ જો બધાંજ મનુષ્ય બ્રહ્મચર્ય પાળવા લાગે તો આખી મનુષ્ય જાતનો થોડાજ સમયમાં અંત આવી જાય. પરંતુ સમૂહો નાશ એ મનુષ્ય જાતનો ઇષ્ટ આદર્શ કે ઉચ્ચતમ ઉદ્દેશ હોય શકે નહિ. (The ideal of the human race cannot be extinction)”. જાણે કે મનુષ્ય જાતનો સમૂહો નાશ થતો અટકાવવાના પારમાર્થિક હેતુથી જ વિષયભોગ પોતે ભોગવતા હોય એવો ધ્વનિ આ દલીલમાંથી નિકળે છે.!! છતાં એક દલીલ તરીકે આ પ્રશ્ન આપણી સમક્ષ ઉપસ્થિત થયો છે તેથી તેના વિશે જરા વિચાર કરી લેઈએ.

મનુષ્ય જાતનો અંત આવવાનો કે નાશ પામવાનો વિચાર વર્તમાન દાયકાનાં મનુષ્યોને માટે નવીન નથી. ધર્મશાસ્ત્રોમાં શ્રેષ્ઠ ધરાવનારાં મનુષ્યો પ્રલય જેવા બનાવના સંભવને પૂર્ણ વિશ્વાસથી માને છે, અને પદાર્થવિજ્ઞાન શાસ્ત્રીઓ-સાઈન્ટિસ્ટસ-તો સૂર્યના ઠંડા પડતા જવાના અને એવાજ ખીજ પ્રાકૃતિક બનાવોના સૂક્ષ્મ છતાં દીર્ઘકાળનાં અવલોકનને આધારે જગતપરનાં સર્વે મનુષ્યો (અને પ્રાણીઓ સુદ્ધા) અમુક કાળે નારાં પામવાંજ જોઈએ એવા અનિવાર્ય અનુમાન પર આવ્યા સિવાય રહી શકતા નથી. એટલે કે, સમગ્ર મનુષ્યજાત એક યા ખીજ કારણને લીધે નાશ તો પામવાની જ છે, પામે જ, એ વાત લગભગ સર્વે સમજી તેમજ શ્રદ્ધાળુ મનુષ્યો માને છે અને પુરાણ સમયથી માનતાં આવ્યાં છે. છતાં આવી મા- ન્યતાને એક બાજુપર રાખીએ તો પણ બ્રહ્મચર્યપાલનની વિરૂદ્ધ લાવવામાં આવેલ ઉપર લખેલ દલીલ કે વાંધામાં એક મહાન, અનકદેશજાપિ અને પુરાણી ગેરસમજીતી છુપા- યલી છે. કારણ કે ઉપરની દલીલનો હુંકો સાર એવો છે કે:-જો પ્રત્યેક મનુષ્ય કેવલી કે આત્મતિક, સંપૂર્ણ, બ્રહ્મચર્યના આદર્શને પ્રાપ્ત કરે તો તેથી મનુષ્યજાત નિર્જન બની અજેવત: નાશ પામે; માટે આવો બ્રહ્મચર્ય કે કૌમારીપણાનો આદર્શ ભૂલભરેલો છે.” પરંતુ

જે શોકો આવી દલીલ કરે છે, તેઓ જાણીને કે અગત્યતાં નિયમ-હુકમ-ધર્મોના અને આદર્શ-ઉચ્ચગ્રાહ-લક્ષ્યમિંદુ એ બે તદ્દન ભિન્ન બાબતો વચ્ચેનો તફાવત વિસરી જાય છે.

સર્વોગપૂર્ણ નૈષ્ઠિક બ્રહ્મચર્ય એ એક નિયમ કે દરેક જણે પૂર્ણપણે પાળવોજ જોઈએ એવો હુકમ નથી, પરંતુ તે તો એક આદર્શ-ઉચ્ચગ્રાહ-લક્ષ્યમિંદુ-Ideal છે, અથવા તો માનવ જીવનના સર્વોત્કૃષ્ટ, વ્યાપક, બુદ્ધિ, આદર્શના એક અગત્યના અંગ વા આવશ્યક પરિસ્થિતિ રૂપ છે. અને એક કાલ્પનિક સંપૂર્ણતાયુક્ત આદર્શનું નામ સાર્થક ત્યારે જ ગણાય કે જ્યારે તેની અરોપ સંપ્રાપ્તિ તો માત્ર કલ્પનાથી મનમાં જ થઈ શકે, જ્યારે અનવધિ કાળેજ તે સાધ્ય વા લભ્ય હોય, અને તેટલા માટે જ્યારે તેના પ્રતિ પ્રગતિ કરવાનો નિરવધિ અવકાશ રહેલો હોય. એક કાલ્પનિક સંપૂર્ણતાયુક્ત આદર્શ (Ideal) આ શોકમાંજ, આ જન્મેજ જો પૂર્ણતયા પ્રાપ્ત થાય, અથવા તે પ્રાપ્ત થયાનું માનસિક ચિત્ર પણ જો આપણે કલ્પી શકીએ, તો પછી તે “કાલ્પનિક સંપૂર્ણતાયુક્ત આદર્શ” તરીકે રહી શકતો નથી.

મહાત્મા ઈશુ ખ્રીસ્તનો આદર્શ (Christ's ideal) પણ આવાજ પ્રકારનો હતો, જેનું સ્વરૂપ એવું ચિતરેલું છે કે:-મૃત્યુશોકમાં અધર્મનું નિરોધ ઉન્મૂલન (નાશ) થઈ તેને સ્થાને પ્રાણી માત્રના સમગ્ર તેમજ વ્યક્તિગત જીવનમાં દૈવત્વ કે ધાર્મિકતાની સંસ્થાપના જ્યારે થશે; જ્યારે પ્રાણી માત્રના અંતરમાં-હૃદયે-પરમાત્માજ વસી રહેલા છે એવું પ્રત્યેક વ્યક્તિને સ્વાનુભવજન્ય ગાન થશે; જ્યારે પરસ્પરના સંહાર માટેનાં તરવાર જેવાં શસ્ત્રોને બાંગીને તેમાંથી પરસ્પરના પોપણમાં ઉપયોગી એવાં હથિયારો આદિ કૃષિનાં સાધનો-ખના-વત્રામાં આવશે; જ્યારે બાલાઓને બાંગી નાખી તેમાંથી કાતરકાં બનાવવામાં આવશે; જ્યારે જગતપરનાં સર્વે સિંહ અહિંસક બની ઘેટાં ભેગા ગેલ કરશે; અને પ્રાણી માત્ર અખંડ પ્રેમની સુવર્ણ શૃંખલા વડે સંધાયો. સમગ્ર માનવજીવનનો ઉદ્દેશ આ આદર્શ તરફ પ્રગતિ કે પ્રયાણ અવિશ્રંતપણે કરવામાં સમાવયો છે, અને તેથી ક્રાઇસ્ટનિર્દેશિત આ વ્યાપક આદર્શ અને તેના અંગભૂત નૈષ્ઠિક એકાંત બ્રહ્મચર્ય (Absolute chastity or celibacy) ને આચારમાં ઉતારવાના યથાશક્ય પ્રયત્નનો ઉચ્ચાભિલાષ માનવજીવનનો વિરોધી નથી; હલકું ઉપર વર્ણવેલ આદર્શની ગેરહાજરીથી મનુષ્યજાતની ખરી હિનતિ અટકી પડે છે, અને વાસ્તવ જીવન અસંભવિત થઈ પડે છે.*

* “An ideal is only really an ideal when its attainment is possible only as an idea, when it appears attainable only in infinity, and when, therefore, the possibility of approaching it is infinite. If the ideal were attained, it would cease to be an ideal.....Such is Christ's ideal—the establishment of the Kingdom of God upon earth; an ideal already foretold by the prophets, when they declared that a time was approaching when all men should be taught of God, when they should turn swords into ploughshares and spears into pruning hooks, when the lion should lie down with the lamb, and all beings should be united in love. The whole meaning of human life consists in progress towards this ideal, and therefore, the aspiration towards the Christian ideal in all its fulness, and towards chastity as one of its conditions, not only does not exclude the

જો મનુષ્યજાત અર્ચા સંપૂર્ણ બ્રહ્મચર્યને આચારમાં ઉતારવાનો બની શકે તેટલો વધારે પ્રયત્ન સેવતી થાય તો તેથી મનુષ્યજાત નિર્માજ બની જાય, મનુષ્યજાતનું નખોદ વળી જાય એવી દલીલ એવી છે કે જોના અનુકરણમાં બીજી પણ એક એવી દલીલ લાવી શકાય (અને ખરેખર તેવી દલીલ કેટલાકે તરફથી લાવવામાં પણ આવી છે) કે, જીવનાને ખાતર મનુષ્યો અને પ્રાણીઓ પોતપોતામાં અને પરસ્પર જે યુનામરકી અને સહાર ચલાવી રહ્યા છે અને જે શોકપ્રજ્વળન (Struggle for Existence) મનુષ્યજાતને તો એક ક્ષણકરૂપ છે તે કાઠી નાખી તેને બદલે શત્રુ-મિત્ર-પક્ષિ-પશુ-પ્રાણી માત્ર તરફ સંપૂર્ણ પ્રેમ અંતરમાં અને બ્યનહારમાં પ્રકટાવવાનો વધારેમાં વધારે પ્રયત્ન સતત જો મનુષ્ય માન સેવવા લાગે તો તેથી પણ માનવસમાજનો ઉચ્છેદ થાય. નૈતિક માર્ગનિર્દેશનની બે બિન્ન રીતોનો વચ્ચેનો ભેદ જોઈએ સમજી શકતા નથી તેનાઓના મગજમાંથીજ ઉપર લખી તેવી દલીલો નિકળે છે.

એક મુસાફરને ઘણે દૂર આવેલા કોઈ ગ્રામ પ્રતિ જવાનો માર્ગ બતાવવાની જેમ બે રીતો છે, તેમ મત્સ્યની શોધમાં નિકળેલા પચિકને નૈતિક માર્ગનિર્દેશન કરવાની પણ બે બિન્ન રીતો છે. પ્રથમ રીત તો એવી છે કે મુસાફર પોતાના રસ્તાના જેમ જેમ આગળ વધતો જાય તેમ તેમ શુ શુ તેના જોવામાં આવતું જશે અને તે તે નિશાનીઓ (Land marks) ને આધારે તેણે પોતાની મુસાફરીની દિશા કેમ નિશ્ચિત કરી તે તેને સમજાવવું. બીજી રીત એવી છે કે તે મુસાફરની પાસેના હોદાયત્ર (દિશાઓ બતાવનાર ચત્ર) પર તેને માત્ર એક જ નિશાન બતાવી કહેવું કે હમેશા તારા આ હોદાયત્રના આ દર્શક કે સોય તરફજ તારે મુખ રાખી આકા અવળા દર્શા વગર તારે આકા જવું એટલે તું તારે ગતવ્ય સ્થાને અચૂક રીતે પહોંચી જઈશ. સત્ય પદ્ધતી તું કેટલો દૂર ગયો છું તે તારા આ હોદાયત્રની એક જ સોય તને હમેશા બતાવી શકશે (અપૂર્ણ)

“ધન્વન્તરિ”નો ધર્મ યાને ધન્વન્તરિ માસિકનું

(Mission) મીશન.

(લખનાર—H M V)

ધન્વન્તરિ માસિક દમમાં વરમમાં પ્રવેશ કરે છે. તેના ઉત્પાદક સ્વર્ગવાસી ડૉ. મૅન્ચુ-લાઇનો હેતુ અને આશય આ માસિકના ગુજરાતી પ્રગતી હૃન્નહાર વધારા પામેલી શારીરિક નિર્મળતાનું મૂળ જે આરોગ્યસંરક્ષણશાસ્ત્રને લગતા કુદરતી અને સાદા નિયમો બાણીને તેના પાલનમાં પદ્ધતિ પદ્ધતિ સમાયતું છે તે ચાનરૂપી રોગનીથી નામુદ કરવાનો હેતુ પોતાનો તે ઉમદા હેતુ પરિપૂર્ણ થયેના જોનાને તેજો જોકે અહીં આ દુનિયામાં પ્રથમક્રમથી હયાતી બોગવવા પામ્યા નહિ, પરંતુ તેમનો અમર આત્મા પેલી દુનિયામાંથી ધન્વન્તરિ

possibility of life,—on the contrary, the absence of this Christian ideal would destroy progress, and, therefore, the possibility of real life”—
Count Leo Tolstoy

ભગવાન' મારફતે જે આર્શિવાદ મોકલતો રહે છે તેની સારી અસરો ધન્વન્તરિના વાચકો તથા શ્રુતરાત્રી પ્રજા ઉપર થયેલી જોવામાં આવે છે:

છેલ્લાં નવ વર્ષમાં ધન્વન્તરિને યથાશક્તિ ખીલવવાનું તથા પોષણ આપવાનું કાર્ય તેના હાલના વિદ્વાન તંત્રીએ બજાવ્યું છે. અને હજુ ભવિષ્યમાં વધુ ખીલવવાનું તથા બજાવવાનું ઇચ્છે છે. હાલની લગ્નધર્મી જે સ્થિતિ ઉભી થઈ છે તે માસિક વા આઠવાડીક કે રોજીયાં પત્રો સાથે રાખવાને માટે મુશ્કેલી ભરેલી છે. કારણ કાળજના ભાવો ચાર ગણા વધી ગયા છે, એટલે ઘણાં પત્રો બંધ પડ્યાં છે, ઘણાંકનું કદ ઘટ્યું છે અને ઘણાં પત્રો એ એછી અગત્યના વિષયો છાપવાનું પડતું મુક્યું છે, જ્યારે કેટલાકનું લવાજમ વધ્યું છે.

આવા સંજોગમાં આ માસિકને વધુ ખીલવવાને અને વધુ ઉપયોગી વાંચન પુર પાડવાને તેનું કદ વધારવાની યોજના પડતી મુકવી પડે છે. કારણ લવાજમ વધારવાનું ઘટતું થઈ પડે તેમ નથી: જેથી હાલના મુશ્કેલી ભરેલા વખતમાં ઘણાઓ લવાજમ વધવાથી માસિકને લાભ લઈ શકવાને અશક્ત અને એવું થયેલું જોવાને કોઈપણ રાજ હોષ શકે નહિ. જેથી હાલમાં મુખ્ય ઉપાય એજ કે જે સૌથી પહેલાં વધુ ઉપયોગી અને સારું હોય તેની જગા કરવી; એટલે આરોગ્યસંરક્ષણના માર્ગો તથા નિયમો અને રોગનિવારણને માટે દરેકથી બની શકે એવા સહેલા સાદા સરના અને સગવડ ભરેલા કુદરતી ઉપાયોથી ધન્વન્તરિના વાંચકવર્ગને જાણીતા કરવા.

કોઈ કહેશે કે ધન્વન્તરિ માસિક કુદરતી ઉપચારો અને આરોગ્યસંરક્ષણને લગતા શાસ્ત્ર તથા નિયમોને દવા દારૂ કરતાં વધુ ઉપયોગી-કર્મતી અને જરૂરી ધારે છે ત્યારે તેમાં દવાદારને લગતાં ઝેરી આપધો તથા તેની બનાવટને શા સાર જગા આપવામાં આવે છે.

ઘણા લાંબા કાળથી દવા-દારૂ દેવા-આપવાની ટેવમાં ટેવાયલા અને દવા-દારૂથીજ જીવન ટકાવનારા તથા દવા-દારૂમાંજ જીવનશક્તિ રહેલી સમજનારા ઘણા-લોકો પ્રથમ એકાએક દવા-દારૂનું નિરૂપયોગીપણું સમજી શકે નહિ, પરંતુ વખત જતાં જેમ અનુભવ મળતો જાય તેમ તેઓ દવા-દારૂ અને આરોગ્યને લગતા નિયમો તથા કુદરતી ઉપાયો વચ્ચે સર-આમણી તથા મુકાબલો કરી શકે અને તેમાં જે ઉત્તમ હોય તે ગ્રહણ કરે એ સ્વાભાવિક હોવાથી દવા-દારૂના ઉપચારોને પણ અત્યાર સુધી કેટલેક અંશે સ્થાન આપવાની જરૂર હતી અને હજુ પણ ભવિષ્યમાં કેટલોક સમય રહેવાનો સંભવ જણાય છે.

હાલમાં જેટલા પ્રમાણમાં રોગ થયા પછી અથવા રોગી સ્થિતિ થયા પછી તેનું નિવારણ કરવાને અર્થે જે ઉપાયો અને સાધનો કામે લગાડવામાં આવે છે તથા ઉભા કરવામાં આવે છે તથા તે માટે તન-મન અને ધનની જે મહાભારત ચર્મિતો ખર્ચ કરવામાં આવે છે તેનો પા હીરસે પણ રોગ થતો અટકાવવાને તથા રોગી સ્થિતિ બનતી અટકાવવાને યાને રોગ થવાનાં અશક્તિ અને માંદગી આવવાના કારણો નાબુદ કરવાને ખર્ચ કે પ્રયાસ કરવામાં આવતો હોય એવું માણુમ પડતું નથી. હાલમાં દિનપ્રતિદિન રોગોપચારને માટે નવી નવી હોસ્પિટલો-દવાખાનાંઓ-સુવાવડખાનાંઓ યાને પ્રમુતિગૃહો ઉભાં કરવામાં આવે છે અને તે છતાં તેની માગણી અને જરૂરિયાત વધતી જાય છે. અને તે બધાં ચીકાર ભરેલાં હોય છે.

હવે એવું કહેવાનો આશય નથી કે એ બધા પ્રયાસો તદ્દન નકામા છે પરંતુ ઉપાય

કરતાં આટલાવ ઉત્તમ છે એ જાણીતા અને ખરા સત્ ઉપર લક્ષ આપવામાં આવતું નથી જેથી પ્રજાને વધારે એટલે સંખ્યા વધતી જાય છે; પણ તે ઘણે ભાગે નિર્માલ્ય-નિર્બળ રાગી-નિસ્તેજ હોવાથી અશક્તઆત્મ-કરપીટાલો-રાગીગૃહોને લાયક બનીને જનસમાજ ઉપર એક પ્રકારના ભોજ ૩૫ થઇ પડે છે; અને દેશમાં આકાલિક મરણ પ્રમાણ વધીને મરણ અથવા પ્લેગ જેના પ્રાણધાતક ચેપી રોગો જડ ધાલી બેઠા છે.

હાલમાં બાળમરણનું પ્રમાણ વધતું હોવાની તથા પ્રસુતિ વખતે સ્ત્રીઓનું મરણ પ્રમાણ વધવાની ફરિયાદ વધતી જાય છે. જેનાં કારણો શોધવાની કોશિષ થવી જોઈએ, અને ખરાં કારણો બહાર પાડી તે નાશ કરવાં જોઈએ. સ્ત્રીવર્ગમાં આરોગ્યને લગતા નિયમોનું પાલન થવાની ઘણી જરૂર છે.

“આપણે કેટલાં છોકરાં ઉછેરી તેના કરતા કેવાં ઉછેરી તે વધુ ઉપયોગી છે. એક સિંહ જેનું બહાદુર બાર ગધેડાં જેવાં મૂરખ બાળક ઉત્પન્ન કર્યાં કરતાં વધુ ઉત્તમ છે. આપણે ગધેડાં જેવાં મૂરખ વધુ મેળવ્યા છે. આવો આપણે બહાદુર સિંહ જેવા મેળવવાનો ઉદ્યોગ આરંભીએ. ધારો કે આપણા મોટા રાજદારીઓ કલે, વેબસ્ટર અને તેના જેવા બીજાઓને સુધક અને સુશિક્ષીત સ્ત્રીઓની સોજત થઇ હોત તો તેઓએ સ્થૂલ દ્રષ્ટિથી સ્ત્રીઓ ઉપર જેનું તેમ બનતે નહિ. જો મરદોને પુતળાં જેવી ગમાર સ્ત્રીઓ પત્ની તરીકે મળે તો તેઓ તેમનાથી અસંતોષ પામીને આલાક-ચુદ્ધિમાન પણ દુરાચારી પરસ્ત્રીઓની સોજત શોધે છે. આપણને ધટતી તાલીમ પામેલી સ્ત્રીસમાજ જોઈએ છે. સોના ૩૫ કરતાં તેની વધુ જરૂર છે. વેસ્પા સ્ત્રીઓએ પુરૂષો પર રાજ્ય ચલાવી ક્રાન્સની સ્થિતિ નિર્ણયતા ભરેલી બનાવી હતી અને જ્યાં સુધી સ્ત્રીઓ પોતાની ખરી પદવી-પ્રતિષ્ઠા પ્રાપ્ત કરશે નહિ ત્યાં સુધી આ દેશમાંના પુરૂષો ઉપર પણ વેસ્પાઓ કાણુ ચલાવશે.”*

નેપોલિયન બાદશાહે કહ્યું છે તેમ દેશને આબાદ કરવો હોય તો સ્ત્રીઓને જ્ઞાન આપો. પુરૂષ પોતાના ઘરમાં ગમે એવો મારો સુધારો કરવા ધારતો હોય, ખાનપાન રહેણી કરણીમાં ધટતો ફેરફાર, આરોગ્યસરક્ષણના કુદરતી નિયમોને અવલંબીને, કરવા માગતો હોય; પરંતુ જો ઘરમાં સ્ત્રીવર્ગ તદ્દન અજાણ અને અનધક હોય તો તેમાંનું ઘણું ખર્ચ વ્યવહાર રીતે અમલમાં મૂકવાને પુરૂષવર્ગ અશક્ત અને નાઇલાજ થઇ પડે છે. જેથી સ્ત્રીઓને ધટતી કેળવણી આપવાની તથા તેમને ધન્યન્તરિ જેવાં ઉપયોગી પત્રોના વાંચનને લાભ આપવાની કેટલી બધી જરૂર પડે છે તે સદુજ્જ જણાશે.

* “It is of more importance what kind of a child we raise than how many. It is better to produce one lion than twelve donkeys. We have got donkeys enough, let us go into the lion business. Suppose our great statesmen, Clay, Webster and others like them, had had only the society of refined and educated women, they would not have, as they did, looked upon women only in a physical light. If men have dolls for wives they will seek the society of intellectual courtesans. We must have a new type of womanhood. We need it more than gold. Courtesans ruled France and brought her to ruin. Courtesans will rule this country unless woman rises to her true dignity.”

Mrs Stanton;

હાલના સુધારા વધારાના જમાનામાં તંદુરસ્તી જાળવવાને-લગતા નિયમો જાણવાની તથા તે નિયમોનું પાલન કરવાની ધણી ભારે જરૂર રહેલી છે. કેટલાક કહે છે કે હાલમાં દવા-દાર અને દાકતરો જેમ જેમ વધતા જાય છે તેમ તેમ મનુષ્યજાતમાં એકાગ્ર-અકાગ્ર મોત-માંદગી વધે છે. આવા કથનમાં કેટલેક અંશે યાને થોડે ભાગે સત્ય સમાવલું છે પરંતુ સંપૂર્ણ અંશે તેમ નથી. Demand and Supply ખપત અને પેદાશનો હાલના અર્થ-શાસ્ત્રનો નિયમ ચાલુ હોવાથી તેમ જણાય છે.

“અર્થાત્ આપણી જીંદગીની હાલની હાલતો વા સંજોગોમાં તંદુરસ્તી જાળવવા તથા મેળવવાને લગતા જ્ઞાનનો અભ્યાસ અત્યંત આવશ્યક છે. આપણા વડીલો ગામડામાં વસતા હતા, ખુદ્દી હવામાં રહેતા હતા, ખેતીવાડીના તંદુરસ્તી અને તાજગી આપનારા ધંધા-રોજગારના કામકાજમાં રોકાતા હતા. જ્યારે આપણે શહેરોમાં મોટેભાગે ધીમી ગીરદવાળા ભાગે બનાવી વસીએ છીએ, ઘણેભાગે ધરો, દુકાનો અને કારખાનાઓની જમીયાર હવામાં કામ કરીએ છીએ; આપણા ધંધાઓ વા ઉદ્યોગ વા કામ ખેડાં ખેડાં કરવાના અને શરીરના ઘણાખરા ભાગને કસરત નહિ મળવા પામે તેવી રીતના છે અને ઘણે ભાગે જ્ઞાનતંતુજળ તથા ભેજ ઉપર વધુ બોલે લાધનારાં છે.”

“દુઃખ દરદોષી થતી પીડા જે કારણથી ઉદ્ભવે છે તે કારણો, તંદુરસ્તીને લગતા નિયમોના પ્રાથમિક જ્ઞાન તથા સાદા કાયદા જાણવાથી અને થોડી સંભાળ અને લક્ષ્ય રાખવાથી, નાપુદ કરી શકાય છે. આપણા આરોગ્યની સંભાળ લેવી એ એક પવિત્ર દરજ્જા છે.”*

ધન્યન્તરિનો ધર્મ પ્રજામાં આરોગ્ય-અજીયુદ્ધિ અને આયુષ વધારવાનો છે અને તે અર્થે સૌથી ઉત્તમ સાધન આરોગ્યશાસ્ત્ર અને કુદરતી ઉપાયોથી રોગનિવારણ કરવાની વિદ્યા ગણે છે. અને તે વિદ્યાનો ખડોખો પ્રચાર કરવાનો પોતાનો ધર્મ હોવાનું સમજે છે. ધન્યન્તરિ પોતાની દરજ્જા જાળવું જાય છે અને ધન્યન્તરિના ગુણગુણાદક વાંચકો પાસે ધન્યન્તરિનો ધર્મ તે પોતાનો સમજીને નવિન શરૂ થતા વર્ષમાં હર્ષ અને ઉત્સાહપૂર્વક આરોગ્યશાસ્ત્રના નિયમોનું પાલન કરતા રહીને ધન્યન્તરિ માસિક પ્રત્યે સ્નેહભાવ રાખી તેના ધર્મ વા Mission નો પોતાનાં સગાં સંજોગોમાં ફેલાવો કરવાનો, ધન્યન્તરિ માસિકના આદેશોની સંખ્યા વધારવાનો પોતાનો ધર્મ યાને પોતાની દરજ્જા સમજશે.

આરોગ્યશાસ્ત્રના નિયમોથી વાકેશી મેળવી તે નિયમોનું પાલન કરી આરોગ્ય બનવું અને ખીજા મનુષ્યો કે જેઓ અજાણ હોય તેમનામાં આરોગ્યનું જ્ઞાન ફેલાવી તેઓને બનતી

*“The conditions of our life render the study of health now especially important. Our ancestors lived more in the country, more in the open air, more in agricultural operations. We are to a much greater extent concentrated in cities, work much more in houses, shops and factories; our occupations are sedentary and stooping and are a greater tax on the brain and nervous system.

Much of the misery of disease is due to causes which might be obviated by a little care and attention, and some elementary knowledge of the laws of health. The care of our health is a sacred duty.”

The Use of Life by Lord Avebury.

સહાય કરી આરોગ્ય લાનાવવા એ પ્રત્યેક મનુષ્યની પવિત્ર ફરજોમાંની એક ફરજ છે. મહાન ગલેડસ્ટન ફરજ વિશે કહે છે કે:—

“ Duty is a power which rises with us in the morning and goes to rest with us at night. It is the shadow which cleaves to us, go where we will, and which only leaves us when we leave the light of life ”

William Ewart Gladstone.

“ ફરજ એક શક્તિ છે અને તે સવારના આપણી સાથેજ ઉઠે છે અને રાતના આપણી સાથેજ વિરામો લે છે. તે પડછાયો છે કે જે આપણને વળગી રહે છે અને જ્યાં પણ આપણે જઈએ ત્યાં આવે છે અને જ્યારે આપણે આ જગતીનો દમ છોડીશું ત્યારેજ તે આપણને છોડી જશે. ”

“ અહિંસા પરમો ધર્મ: ”

લી. H. M. V

‘ કતલખાનામાં જનનરો તથા પક્ષીઓના ગળા ઉપર ફેરવાતી છરી વખતે તે પ્રાણી-ઓને ડેટલાં અને કેવા પ્રકારનાં દુઃખ થાય છે ’ તે દુઃખોનો ખરો ખ્યાલ તો નજરે જોવામાં આવે તો જ સંપૂર્ણ રીતે આવી શકે. માંસાહાર કરનારા મનુષ્યોને જો માંસના ખોરાક તરીકેના ઉપયોગ માટે જનનરો તથા પક્ષીઓનું માંસ મેળવવાને તે જનનરો તથા પક્ષીઓની કતલ કરવાને પોતાને હાથે છરી ફેરવવાની હોય તો તેઓનો મોટો ભાગ અથવા લગભગ સેંકડે ૯૯ ટકા મનુષ્યો માંસનો ખોરાક તણ દેવાને તૈયાર થાય. મનુષ્ય માત્રમાં દયા-પ્રેમની દિવ્ય લાગણીઓ અથવા ખાશીપતો દયાનું કુદરતે મુકેલી છે પરંતુ તેની ખીલનણી એક સરખા પ્રમાણમાં નહિ થયેલી હોવાથી કતલખાના સાથે સંબંધ ધરાવતા કસાઈવર્ગની દયાની લાગણી મદ પડી ગઈ હોય છે. પરંતુ માંસ વેચનારા કસાઈઓ પણ જનાવરોની કતલ કરવાનું કામ ધણે ભાગે પોતે કરતા નથી. તે છરી ફેરવવાને સારૂ ચોક્કસ માણસો હોય છે જેઓ ગળાં કાપવાનું કામ કે ધણે કરે છે. અને જેઓ એ કામ દરરોજ ચાલુ કરે છે તેઓની આંખની શક્તિ કમી થઇને ચોક્કસ સુદતે તેઓ અથ જનતા હોવાનું કોષક તરફથી જણાવવામાં આવે છે.

જડવાદી સુધારા-વધારામાં આગળ વધેલા અમેરિકાના સ્ત્રીકાંગો હાલે કે જ્યાં રાક્ષસી ગંભીર પાયા ઉપર જનાવરો કાપીને તેનું માંસ વેચવાનાં કારખાનાં છે. જ્યાં બહુ કામ યાત્રિક બળથી ચાલુ છે ત્યાં જનાવરો ઉપર ગુનરતાં ઘાતકીપણા તથા માંસના વ્યાપાર સાથે બજેલાં બો-પાળાં યોગ્ય વર્ષ ઉપર મી. સિન્ડર નામનાં એક અમેરીકન લેખકે પોતાની ‘ધી જંગલ’ નામની ચોપડી બહાર પાડી પ્રજાની જાણમાં લાવવાની માનભરેલી કોશિષ કરી હતી. તે વખતે તમામ સુધરેલા ગણતા દેશોની માંસાહારી પ્રજામાં ખળભળાટ અને ત્રાસની લાગણી વ્યાપી ગઈ હતી. આપણું માણસતંત્રો તેમજ પશુ-પક્ષીઓનો અને સર્પ પ્રાણીમાત્રનો પેદા કરનાર એક ઇશ્વર છે. મનુષ્યને કેવળ વાચા આપેની હોવાથી તે પોતાનું દુઃખ-સુખ કે હર્ષ-શોકની

લાગણી પોતાની બાધામાં જાહેર કરે છે, જેમ પ્રાણીઓ કરતા હોય એવું માણસજાતનો લગભગ તમામ વર્ગ ધારતો નથી અને તેમને મુંઝાં ધારે છે. હાલમાં કોઈક વિજ્ઞાનશાસ્ત્રીઓ તરફથી જણાવવામાં આવે છે કે પ્રાણીઓમાં પણ વાચા હોય છે અને તેઓ પણ પોતપોતાની જાતમાં પોતાના બાવો પ્રદર્શિત કરે છે. ગમે તેમ હોય પણ એટલું તો ચોક્કસ છે કે આપણા શરીરના કોઈ ભાગ ઉપર છરીથી કાપ મુકવાથી જેવી દુઃખદાયક અસર આપણને થાય છે તેવીજ દુઃખદાયક અસર દરેક પશુ પ્રાણીને પણ થાય છે.

રાંઝણનો ઉપાય.

લેખક:—મી. મોતીલાલ મુલજીભાઈ મીસ્ત્રી-મુંબઈ.

રાંધણ અથવા રાંઝણને ઈંગ્લેજમાં Sciatica (સાયેટીકા) કહે છે. થાપા આગળથી શીર થઈ સાથળમાં થઈ ઠેક પગની પાની સુધી જે જ્ઞાનતંતુ જાય છે તેને Sciatic nerve (સાયેટીક નર્વ) કહેવામાં આવે છે. આ સાયેટીક નર્વનો દુઃખાવો અને સોજો રાંઝણના રોગથી જાળખાય છે. સાયેટીક નર્વમાં લોહીનો અવર જવર છુટથી નહિ થવાથી તેના ઉપર થતું લોહીનું દબાણ રાંઝણની અસહ્ય વેદનાનું કારણ છે. આ વેદનામાંથી તાત્કાલિક મુક્તિ મેળવવા માટે સરસ અને સહેલો ઉપાય એ છે કે ખમી શકાય તેટલા ગરમ પાણીમાં પગનું આપણું જોળી રાખવું. (છુટણ સુધી પાણી આવે તેટલું પાણી વાસણમાં નાંખવું) પાણી ઠંડું પડે તો તે કાઢી નાંખી બીજું ગરમ પાણી નાંખવું ને પગને જોળી રાખવો. આવી રીતે અરધા કલાકથી એક કલાક સુધી પગ જોળી રાખવો. જ્ઞાનતંતુનો હેઠો આમ ગરમ પાણીમાં હમેલો રહેવાથી તેના લોહીનું વહન છુટથી થતાં દરદીને આરામ થઈ જાય છે. રાંઝણનું દરદ કાયમનું મટી જાય તેના માટે દુર્બળ પડી ગયેલી સાયેટીક નર્વને સમગ્ર બનાવવાની જરૂર છે. સર્વ જ્ઞાનતંતુઓના બાધિમાં (Electro-Therapy) વિજ્ઞાનીના ઉપાય ખાસ મણાય છે.

“ સુજરાતી. ” તા. ૨૧-૧-૧૭

દામ્પ્ત્ય-દંડ વિધાન.

(વિનોદી લેખ.)

(Matrimonial Penal Code.)

(લેખક:—શ્રીયુત જયતિલાલ મગજીજી ઓઝા. બી. એ.)

પ્રકરણ પહેલું.

પ્રસ્તાવના. (Introduction.)

શ્રીઓની મરજી વિરૂદ્ધ વર્તનારા સ્વામીઓ અને સ્ત્રીનો પરમ અધિકાર નહીં સ્વીકારનારા પુરોનો સીધા કરવાને વાસ્તે ખાસ Penal Code પીનલ કોડની આવશ્યકતા જણાવાથી તે નીચે પ્રમાણે બનાવવામાં આવે છે.

ક. ૧ આ કાયદાનું નામ દાંપત્ય-દંડ વિધાન રહેશે, અને ભારતવર્ષમાં પરભૃક્ષા દેશી પુરૂષ ઉપર તેનો અધિકાર ચાલશે.

પ્રકરણ બીજું.

વ્યાખ્યા. (Definitions.)

ક. ૨. હલનચલન કરવાની શક્તિવાળું જે જંગમ દ્રવ્ય સ્ત્રીઓના સંપૂર્ણ અધિકારમાં છે તેનું નામ પતિ.

ઉદાહરણ. (Illustrations)

અ. ટુંકે, પેટી વગેરે પતિ થઇ શકતા નથી, કારણ જંગમ દ્રવ્ય હોવા છતાં તે સજીવ નથી.

ચ. ગાય, બેસ, વાછરડા પતિ થઇ શકતા નથી કારણ સજીવ હોવા છતાં તેમનામાં પોતાની ઇચ્છાનુસાર કાર્ય કરવાની શક્તિ છે. સ્ત્રીઓની સંપૂર્ણ સત્તામાં નહીં હોવાથી તેઓ પતિ થઇ શકતા નથી.

ઙ. વિવાહિત સ્થિતિમાં જે પુરૂષ સ્વતંત્રતાપૂર્વક કંઈ કામ કરી શકતો નથી તેનું નામ પતિ.

ક. ૩. જે સ્ત્રી પોતાના પતિનો મિશ્કત તરીકે ઉપયોગ કરી શકે છે તેનું નામ તે પતિની સ્ત્રી અથવા પત્ની.

વિવરણ (Explanation.)

મિશ્કતનો અધિકારી પોતાની મિશ્કતને ભારી પીટી પણ શકે છે.

ક. ૪. પૂર્વજન્મમાં કરેલાં પાપોના પ્રાયશ્ચિત્તને માટે ભોગવવી પડતી સ્થિતિને વિવાહિત સ્થિતિ સમજવી.

પ્રકરણ ત્રીજું.

Of Punishments. શિક્ષા સંબંધી.

ક. ૫ આ કાયદા અનુસાર અપરાધોને નીચે પ્રમાણે શિક્ષા થઇ શકે છે;—

૧. શયનગૃહમાં અથવા બીજા કોઇ ઓરડાની ચાર દિવાલો વચ્ચે કેદ.

કેદ બે જાતની છે;—

અ. અપ્પત-ઝોટલે કે તિસ્કારયુક્ત શબ્દના પ્રયોગ સાથેની.

ચ. સાદી.

૨. દેહનિકાલની સજા:—ઝોટલે કે બીજી શસ્ત્રો પર મોકલવાની શિક્ષા અથવા શયનગૃહની બહાર હાંડી ઠાકવાની શિક્ષા.

૩. પત્નીના દાસત્વનો અંગીકાર.

૪. પોકેટ મની (Pocket Money) ઝોટલે ખીસ્સા ખર્ચ બંધ કરવાની શિક્ષા.

ક. ૬. આ કાયદામાં ફોંસીનો અર્થ એવો થાય છે કે સ્ત્રી પોતાના પિતાને અથવા કોઈ જોળખીતાને ત્યાં ચાલી જશે અને થોડા વખતમાં પાછી આવવાની ઇચ્છા કરશે નહિ.

ક. ૭. નાના અપરાધોને માટે નીચે લખેલી શિક્ષાઓ ફરમાવવામાં આવે છે.

૧ મ્હોં ચણવવું, (પત્ની મ્હોં ચણવજો.)

૨ બુ-ભંગ.

૩ યુપત્યાપ આસુનો વર્ષાદ અથવા ઉચે સ્વરે રૂદન.

૪ પતિનો તિરસ્કાર.

પ્રકરણ ચોથું.

અપવાદ (General Exceptions)

ક. ૮. સ્ત્રીએ કરેલું કોઇપણ કામ અપરાધ ગણાશે નહિ.

ક. ૯. સ્ત્રીની આચારસાર પતિએ કરેલું કોઇ પણ કામ અપરાધ ગણાશે નહીં.

૧૦ દાપત્ય-દંડ વિધાનના કાયદાથી બચવાને વિવાહિત પુરૂષ ખીજા કોઇ પણ કાયદાનો આશ્રય લઈ શકશે નહીં.

પ્રકરણ ૫ મું.

અપરાધ કરવામાં સહાયતા આપવા વિષે (Abetment)

ક. ૧૧. જે માણસ—

૧ અપરાધ કરવાને પતિના કાન બહેરશે, અથવા તેને પ્રવૃત્ત કરશે, અથવા ઉત્સાહિત કરશે.

૨ જે માણસ અપરાધ કરવામાં સીધી મદદ કરશે, અથવા અપરાધ થતી વખતે પતિની સાથે મહેશે તે માણસ દાપત્ય અપરાધો કરવામાં સહાયતા આપનાર તરીકે અપરાધી ગણાશે.

વિવરણ.

સ્ત્રી અને અવિવાહિત પુરૂષ આવા અપરાધના ગુન્હેગાર થઇ શકે છે.

ઉદાહરણ.

અ. ગમ સ્થામાનો પતિ છે. યદુનાથ અવિવાહિત પુરૂષ છે. બન્નેએ એક સાથે ખેસીને મઘપાન કર્યું. મઘપાન દાપત્ય અપરાધ છે.

બ. સુશીલા રામની માતા છે. રામ સ્થામાનો પતિ છે. સુશીલાના કહેવાથી સ્થામાની ઇચ્છા વિરૂદ્ધ રામે ખર્ચ કર્યું સ્ત્રીની ઇચ્છા વિરૂદ્ધ ખર્ચ કરવું એ દાપત્ય અપરાધ છે, સુશીલાએ આ અપરાધ કરવામાં સહાયતા આપી.

ક. ૧૨. જે કોઇ વિવાહિત પુરૂષ અન્ય વિવાહિત પુરૂષને દાપત્ય અપરાધ કરવામાં સહાયતા આપશે તો તે પણ પહેલા અપરાધીના જેટલીજ શિક્ષાને પાત્ર થશે; પણ તેનો ન્યાય યોગ્ય અદાલતમાં (Competent court) થશે.

વિવરણ.

યોગ્ય અદાલત એટલે કે અપરાધ કરવામાં સહાયતા કરનાર પતિની પત્ની.

ક. સ્ત્રી અથવા અવિવાહિત પુરૂષ દાપત્ય અપરાધ કરવામાં સહાયતા આપશે તો કેવળ તિરસ્કાર, ભંગ, અથુપાત અને રૂદનદ્વારા દંડિત થશે.

પ્રકરણ ૬ હું.

Of Offences against the State.

રાજદ્રોહ સંબંધી.

ક. ૧૪. આ કાયદામાં 'ગન્ય' શબ્દનો અર્થ 'સ્ત્રી સામ્રાજ્ય' એવો થશે.

ક. ૧૫. જે વ્યક્તિ પોતાની સ્ત્રી સામે વાદવિવાદ કરશે, અથવા વિવાદ કરવાને પ્રવૃત્ત

યશ અથવા વિવાદ કરવામાં સહાયતા આપશે તે વ્યક્તિને દાસીની શિક્ષા (Capital punishment) ફરમાવવામાં આવશે, એટલે કે, તેની સ્ત્રી તેનો ત્યાગ કરી દેશ અથવા તો શયનગૃહમાંથી હાટી કાઢશે અને પોકેટ મની બંધ થશે.

ક. ૧૬. જે વ્યક્તિ પોતાના મિત્રોને સહાયક બનાવશે, અથવા સંતાનને ભોળવીને પોતાના પક્ષમાં લેશે અથવા બીજે કોઈ પણ પ્રકારે સ્ત્રીની સાથે લગ્ન કરવાના ધરાદારી વાદવિવાદ કરશે તેને દેશનિકાલની સજા ફરમાવવામાં આવશે, અને અશુભાત, રૂદન, તિરસ્કાર વગેરે દ્વારા પણ શિક્ષાને પાત્ર થશે.

ક. ૧૭. જે પુરૂષ પોતાની સ્ત્રીને છોડી અન્ય યુવતી તરફ કોઈ પણ પ્રકારની લાગણી પ્રદર્શિત કરશે તે લપટતાનો (Incontinence) અપરાધી થશે

વિવરણ.

પોતાની સ્ત્રીને છોડીને કોઈ અન્ય યુવતી તરફ કોઈ પણ પ્રકારની લાગણી-દયા કે સહાનુભૂતિ બતાવવાથી લપટતાનો અપરાધ સિદ્ધ થયેલો ગણાશે.

ઉદાહરણ.

રામ સ્વામીના પતિ છે. મોહિની એક બીજી સ્ત્રી છે. મોહિનીના નાનો છોકરો દેખાવમાં બહુ સુંદર હોવાથી રામ તેને પ્યારથી ગાડે છે, અને કેટલીક વાર ખાવાનું પણ લઈ આપે છે. આથી રામ મોહિની પર આસક્ત છે એમ સિદ્ધ થયેલ ગણાશે.

વિવરણ (૨)

વિના કારણ સ્ત્રીઓ પતિને આ ગુન્હાના અપરાધી ઠરાવી શકશે. મહેં અપરાધ કર્યો નથી એમ કહીને કોઈ પતિ છુટી ચકશે નહીં.

અપરાધની આશક્ષ માત્રજ અપરાધ પૂરવાર કરવાને બસ છે.

વિવરણ. (૩)

વિના કારણ પતિને અપરાધી ઠરાવવાની સત્તા મોટે ભાગે કુરૂપ સ્ત્રીઓની, અથવા ઘરડી સ્ત્રીઓની, કે છુટા પતિની સ્ત્રીઓની રહેશે જો કોઈ યુવતી આ અધિકારને માટે માગણી કરશે તો પહેલાં તેણે પૂરવાર કરવું પડશે કે તે ખરાબ સ્વભાવની છે અથવા તો બાપની લાડકવાઈ છે, અથવા તો પોતે ઘણીજ કદરૂપી છે.

ક. ૧૮. જે પુરૂષ લપટતાનો અપરાધી હશે તે આ કાયદામાં લખેલા બધા દંડોને પાત્ર થશે, એટલુંજ નહીં પરંતુ આ કાયદામાં નહીં લખેલ બીજી શિક્ષાઓને પણ પાત્ર થશે.

પ્રકરણ ૭ મું.

Of Offences relating to the Army and Navy

પદ્ધતિ અને નૌકા સંબંધી અધરાધ.

ક. ૧૯. આ કાયદામાં પદ્ધતિ અને નૌકા સંન્યતો અર્થે પુત્ર, પુત્રી, અને પુત્રવધુ એવો થશે

ક. ૨૦. ગૃહિણી સાથે વિદ્રોહ કરવામાં જે પતિ પુત્રને અથવા પુત્રીને અથવા પુત્રવધુને સહાયતા આપશે તે તિરસ્કાર યુક્ત શસ્ત્રો અને રૂદનદ્વારા દંડિત થશે.

૨ બ્રુ-ભંગ.

૩ સુપચાપ આંસુનો વર્ષાદ અથવા ઉચે સ્વરે રૂદન.

૪ પતિનો તિસ્કાર.

પ્રકરણ ચોથું.

અપવાદ (General Exceptions.)

ક. ૮. સ્ત્રીએ કરેલું કોઈપણ કામ અપરાધ ગણાશે નહિ.

ક. ૯. સ્ત્રીની આજ્ઞાનુસાર પતિએ કરેલું કોઈ પણ કામ અપરાધ ગણાશે નહીં.

૧૦ દામત્ય-દંડ વિધાનના કાયદાથી અચવાને વિવાહિત પુરુષ બીજા કોઈ પણ કાયદાનો આશ્રય લઈ શકશે નહીં.

પ્રકરણ ૫ મું.

અપરાધ કરવામાં સહાયતા આપવા વિષે (Abetment)

ક. ૧૧. જે માણસ—

૧ અપરાધ કરવાને પતિના કાન ભણેરશે, અથવા તેને પ્રવૃત્ત કરશે, અથવા ઉત્સાહિત કરશે.

૨ જે માણસ અપરાધ કરવામાં સીધી મદદ કરશે, અથવા અપરાધ થતી વખતે પતિની સાથે રહેશે તે માણસ દામત્ય અપરાધો કરવામાં સહાયતા આપનાર તરીકે અપરાધી ગણાશે.

વિવરણ.

સ્ત્રી અને અવિવાહિત પુરુષ આવા અપરાધના ગુન્હેગાર થઈ શકે છે.

ઉદાહરણ.

અ. રામ સ્થામાનો પતિ છે. યદુનાથ અવિવાહિત પુરુષ છે. બંનેએ એક સાથે બેસીને મદ્યપાન કર્યું. મદ્યપાન દામત્ય અપરાધ છે.

બ. સુશીલા રામની માતા છે. રામ સ્થામાનો પતિ છે. સુશીલાના કહેવાથી સ્થામાની ધૂંછા વિરૂદ્ધ રામે ખર્ચ કર્યું સ્ત્રીની ધૂંછા વિરૂદ્ધ ખર્ચ કરવું એ દામત્ય અપરાધ છે, સુશીલાએ આ અપરાધ કરવામાં સહાયતા આપી.

ક. ૧૨. જે કોઈ વિવાહિત પુરુષ અન્ય વિવાહિત પુરુષને દામત્ય અપરાધ કરવામાં સહાયતા આપશે તો તે પણ ખેલા અપરાધીના જેટલીજ શિક્ષાને પાત્ર થશે; પણ તેનો ન્યાય યોગ્ય અદાલતમાં (Competent court) થશે.

વિવરણ.

યોગ્ય અદાલત એટલે કે અપરાધ કરવામાં સહાયતા કરનાર પતિની પત્ની.

ક. સ્ત્રી અથવા અવિવાહિત પુરુષ દામત્ય અપરાધ કરવામાં સહાયતા આપશે તો કેવળ તિસ્કાર, ભંગ, અશ્રુપાત અને રૂદનદ્વારા દર્શિત થશે.

પ્રકરણ ૬ ઠું.

Of Offences against the State.

રાજદ્રોહ સંબંધી.

ક. ૧૪. આ કાયદામાં 'રાન્ય' શબ્દનો અર્થ 'સ્ત્રી સામ્રાજ્ય' એવો થશે.

ક. ૧૫. જે વ્યક્તિ પોતાની સ્ત્રી મામે વાદવિવાદ કરશે, અથવા વિવાદ કરવાને પ્રવૃત્ત

યશો અથવા વિવાદ કરવામાં સહાયતા આપશે તે વ્યક્તિને ફાંસીની શિક્ષા (Capital punishment.) ફરમાવવામાં આવશે, એટલે કે, તેની સ્ત્રી તેનો ત્યાગ કરી દેશ અથવા તો શયનગૃહમાંથી હાંકી કાઢશે અને પોકેટ મની બંધ થશે.

ક. ૧૬. જે વ્યક્તિ પોતાના મિત્રોને સહાયક બનાવશે, અથવા સંતાનને બોળવીને પોતાના પક્ષમાં લેશે અથવા બીજે કોઈ પણ પ્રકારે સ્ત્રીની સાથે લગ્ન કરવાના ઇરાદાથી વાદવિવાદ કરશે તેને દેશનિકાલની સજા ફરમાવવામાં આવશે, અને અશુભતા, રૂદન, તિરસ્કાર વગેરે દ્વારા પણ શિક્ષાને પાત્ર થશે.

ક. ૧૭. જે પુરૂષ પોતાની સ્ત્રીને છોડી અન્ય યુવતી તરફ કોઈ પણ પ્રકારની લાગણી પ્રદર્શિત કરશે તે લંપટતાનો (Incontinence) અપરાધી થશે.

વિવરણ.

પોતાની સ્ત્રીને છોડીને કોઈ અન્ય યુવતી તરફ કોઈ પણ પ્રકારની લાગણી-દયા કે સહાનુભૂતિ બતાવવાથી લંપટતાનો અપરાધ સિદ્ધ થયેલો ગણાશે.

ઉદાહરણ.

રામ સ્થામનો પતિ છે. મોહિની એક બીજી સ્ત્રી છે. મોહિનીનો નાનો છોકરો દેખાવમાં બહુ સુંદર હોવાથી રામ તેને પ્યારથી રમાડે છે, અને કેટલીક વાર 'ખાવાડું' પણ લઈ આપે છે. આથી રામ મોહિની પર આસક્ત છે એમ સિદ્ધ થયેલ ગણાશે.

વિવરણ (૨)

વિના કારણ સ્ત્રીઓ પતિને આ ગુન્હાના અપરાધી ઠરાવી શકશે. મ્હેં અપરાધ કર્યો નથી એમ કહીને કોઈ પતિ છુટી શકશે નહીં.

અપરાધની આશંકા માત્રજ અપરાધ પૂરવાર કરવાને બસ છે.

વિવરણ (૩)

વિના કારણ પતિને અપરાધી ઠરાવવાની સત્તા મોટે ભાગે કુરૂપ સ્ત્રીઓની, અથવા ધરડી સ્ત્રીઓની, કે બુદ્ધ પતિની સ્ત્રીઓની રહેશે. જે કોઈ યુવતી આ અધિકારને માટે માગણી કરશે તો ખેલમાં તેણે પૂરવાર કર્યું પડશે કે તે ખરાબ સ્વભાવની છે અથવા તો બાપની લાકડવાઈ છે, અથવા તો પોતે ધણીજ કદરૂપી છે.

ક. ૧૮. જે પુરૂષ લંપટતાનો અપરાધી ઠરશે તે આ કાયદામાં લખેલા બધા દંડોને પાત્ર થશે, એટલુંજ નહીં પરંતુ આ કાયદામાં નહીં લખેલ બીજી શિક્ષાઓને પણ પાત્ર થશે.

પ્રકરણ ૭ મું.

Of Offences relating to the Army and Navy.

પદ્ધત અને નૌકા સંબંધી અધરાધ.

ક. ૧૯. આ કાયદામાં પદ્ધત અને નૌકા સૈન્યનો અર્થ પુત્ર, પુત્રી, અને પુત્રવધુ એવો થશે.

ક. ૨૦. ગૃહિણી માથે વિદ્રોહ કરવામાં જે પતિ પુત્રને અથવા પુત્રીને અથવા પુત્રવધુને સહાયતા આપશે તે તિરસ્કાર યુક્ત શબ્દો અને રૂદનદ્વારા દંડિત થશે.

પ્રકરણ આઠમું.

Of Offences against the Domestic.

ઘરમાં શાંતિ ભંગ કરવાનો અપરાધ.

ક. ૨૧. જે અથવા એથી વધારે વિવાહિત પુરુષો, જે નીચે લખેલા કોઈપણ આશયથી ભેગા થશે તેા તેમનું એકત્ર થવું કાયદા વિરુદ્ધ ગણાશે.

૧. મદ્યપાન કરવાને માટે અથવા ખીજ કોઈ પણ પ્રકારના દાંપત્ય અપરાધો કરવા માટે.

૨. પોતાના અધિકાર બતાવવાને સ્ત્રીઓને ખેડીવસાવવાનો પ્રયત્ન કરવો અને તેમને પોતાનું પ્રભુત્વ સંપૂર્ણ રીતે પ્રકાશિત ન કરવા દેવા માટે.

૩. કોઈ સ્ત્રીની આજ્ઞાનુસાર કામ થવા દેવામાં વિદ્વ નાંખવા માટે.

ક. ૨૨. જે પુરુષ બેકાયદે ભેગી થએલી મંડળીમાં સામેલ હશે તે કડવા શપ્થો સાંભળશે અને સખ્ત કેદને પાત્ર થશે.

મદ્યપાન સંબંધી.

ક. ૨૩. બાટલીમાં રાખવામાં આવતી અને કાયના પ્યાલામાં નાંખી પીવામાં આવતી કોઈપણ પ્રવાહી વસ્તુ મદ્ય છે.

ક. ૨૪. ઉપર જણાવેલ મદ્ય જેની પાસે હોય તે મદ્ય પીનાર છે.

વિવરણ.

જે કે તે માણસ તે પ્રવાહી પદાર્થને અડ્યો પણ ન હોય છતાં પણ તે મદ્ય પીનાર ગણાશે.

ક. ૨૫. મદ્ય પીનારને સંધ્યાસમયે શયનગૃહમાં સાદી અથવા સખ્ત કેદ કરમાવવામાં આવશે.

ખંડ મચાવવું. (Of Rioting.)

ક. ૨૬. સ્ત્રીની સાથે ઉચ્ચે સાદે વાત કરનારને ખંડ મચાવનાર કહેવામાં આવશે.

ક. ૨૭. જે કોઈ પોતાના ઘરમાં ખંડ મચાવશે તેને રૂદન, કડવાં વચન, અને અશુભાત દ્વારા શિક્ષા કરમાવવામાં આવશે.*

ઉપવાસ અને ભૂખમરો વચ્ચેનો ભેદ:—“શાસ્ત્રીય ઉપવાસ (Scientific Fasting) અને, ભૂખમરો એ બે તદ્દન જુદીજ બાબતો છે. એ બે એકજ સ્થળે રહી શકતાં નથી. શરીરની સર્વ શક્તિઓ શરીરરક્ષાના કામમાં રોકાઈ જવાથી ખોરાક પચાવવાનું કામ બરાબર રીતે થઈ શકે તેવું ન હોય ત્યાં સુધી દરદીને ખોરાક ન આપવો એનું નામ ઉપવાસ અને દરદીની હોજરી ખોરાક યથાયોગ્ય રીતે પચાવવા તૈયાર અને લાયક હોય છતાં મૂર્ખાઈથી કે અન્ય કારણથી ખોરાક દરદીને આપવામાં ન આવે તેવું નામ ભૂખમરો (Starvation) છે.”—**દૉ. મહાદેવપ્રસાદ, એન. ડી.**

કૌટુંબિક કંકાસ:—“પોતાના પતિ કે પોતાની પત્ની સાથે થયેલ ઉચ્ચાં મન કે અણબનાવ વા શંકા અંધીરા બનવાથી નિવારી શકતાં નથી, પરંતુ શાન્ત સ્વભાવ, નમ્રતા, અને ધીરજથી વખતને પોતાનું કામ કરવા દેવાથી કામ સરે છે. જેમ એક ઝીણા દોરાની અટપટી ગુચ્ચ ઝીણાઈ જવાથી કે ઉતાવળ કરવાથી ઉલટી વધારે ગુચ્ચાય છે, પણ ધીરજથી દોરાનો અટપટો માર્ગ શોધી કાઢી જે રસ્તે તે ગુચ્ચાં હોય તેજ રસ્તે તેને પાછો લેઈ જઈ ઉલ્લવાથી કાર્યસિદ્ધિ થાય છે, તેમ કૌટુંબિક કંકાસ વિષે પણ સમજવું.”—**કાઉન્ટેલીઓ ટાલરટોય.**

* દિંદી ઉપરથી “સત્સંગ”માં પ્રસિદ્ધ થયેલ અનુવાદ.

હડકાયા કૂતરાના ઝેરનો અનુભવસિદ્ધ ઉપાય.

ચોળક: શંકરલાલ આર. પંડ્યા.

જ્ઞાતા વાંચનાર માહેજો અને સુશીલ બાનુઓ ! માલિક દુશ્મનને પણ દુઃખી દિવસ ન દેખાડો એવી અમારી વ્રજુ પામે માગણી અને હૃદયની લાગણી છે; તે પણ કદાચિત્ દુઃખની છાયાવાળી દુનિયામાં વસતાં તેની પળે પળે ફરતી છાયાના સખમે કોઇને હડકાયું ફૂટકું કરડે તો તે માટે નીચેના ઇલાજ અવશ્ય ઉપયોગમાં લેવા, જેથી માલિક ઉમીદ ખર લાવે.

જે જગોએ ફૂટકું કરડ્યું હોય તે જગોએ ફૂકડાની હવારને માણસના પેશાબમાં વાટી જરા ગરમ કરી હમેશાં બાંધ્યા કરી.

તેમજ જે દિવસે ફૂટકું કરડ્યું હોય તેજ દિવસથી હમેશાં બાજરીના કોટને આંકડાના દૂધમાં મેળવી તેની ચણા જેવડી ગોળીઓ કરી સનારની અંદર તે દર્દીને ખરાવરી અને ઉપર તુરતજ ખાવા આપવું. કદાચ આ દવા બાધાથી ઉલટી થાય તો ધારતી રાખી નહીં; કેમકે તે ઉલટી થવાથીજ દનાતો હેતુ સચવાતાં ઝેર નીકળી જાય છે.

કરડ્યા પછી ખીજ માસમાં કચ્ચા-કાચકાં-કરકચ્ચ-સાગરગોટા કે જે છોકરાઓને રમવા માટે વપરાય છે તેની અંદરના ગોળા કઢાડી, તેમાંથી ચણા જેવડો કટકો દર્દીને હમેશાં ખરાવવો.

ત્રીજે મહીને આંકડાના થડને ચૂકરી તેની છલ લઈ ખાંડની અને રોત્તે ભૂંડો ચરધો તોલો અને કાળાં મરીનો ભૂંડો દોઢ તોલો મેળવી હમેશાં ક્રકચ્ચી અને તુરત ખાવા આપવું.

આ સુજન ઉપરની દવાઓ વ્રજુ માસ લગી લાગવાગટ કરવાથી હડકોયા ફૂટકોના ઝેરની અસર તે દર્દીપર થવા પામતીજ નથી એ સિદ્ધ છે; પણ ચોડો વખત કરી પડતી ચૂકવાથી કશો લાભ મળતો નથી, માટે ધીરજ રાખી ઉપાય અનુભવી આંગેચતી ગોળાવવી.

સટીક કેશવકલ્યાણ.

અનુવાદક પુરોહિત પૂર્ણચન્દ્ર શર્મા.

(અનુમધાન ગયા અંકના પૃષ્ઠ ૪૭૪ થી.)

(કમળા માટે અન્ય ઉપાય.)

ભોડદૂધ સાચોરા ખારા, ટાંક અર્ધ પિએ કમલા હારા;

કાલી મિચી મિચી મ'હૂરા, કમલા દર્દ જાત સખ દૂરા.

૩૦

મિચી કણા ટાંક લે ચારા, અષ્ટ ટાંક ગધક સુખકારા;

મધુકા લાગ ટાંક ઇંક લીજે, ચાર ટાંક ચૂરન ખાઇજે.

૩૧

થેડીના દૂધ સાથે સાચોરા ખાર (પાપડીઓ ખાર) ચરધો ટાંક મેળવી પીવાથી

કમળો મરી જાય છે. અથવા કાળાં મરી, સાકર અને મ'હૂરતું સેવન કરવાથી કમળાના

જ્યા ઉપદ્રવો દૂર થાય છે. અથવા સાકર તથા લીંડીપીપર ચાર ચાર ટાંક, આમળસારો (શાધેયો) ગધક આઠ ટાંક, અને એક ટાંક મધ એઓનું સેવન કરવું અર્થાત ૪ ટાંક ચૂર્ણ માફકસર મધમાં કાલવી ચાટવું, જેથી કમળો મટે છે. ૩૦-૩૧.

સુરાખાર ચાર જવકા ખારા, હાઉ સમ મિથિ તામે' હારા,
ચૂર્ણ ટાંક દો શીતલ નીરા, કમલા દર્દ મિટે તન પીરા. ૩૨
દો હલદી મિથિ ત્રિકૂટા લોહચૂરા, બખુલ ફૂલ ખાઓ કમલા દૂરા;
કેમુરખાર લીંબુરસ નિકારા, અર્ધ ટાંક મે'હ સુરાખારા;
ઇતના પાન કરે નિત સોઈ, કમલા દર્દ તમે ના હોઈ. ૩૩

સુરાખાર અને જવખાર એ બેઉ યરાખર વેઇ એ બેઉની યરાખર સાકર મેળવી બે ટાંક ચૂર્ણ ટાઠા પાણી સાથે ફાકવું. અથવા હળદર, આંખા હળદર, સાકર, ત્રિકૂટા, લોહચૂર અને બાવળનાં ફૂલ એઓનું ચૂર્ણ ફાકવું. અથવા ખાખરાનો કે કેમુડાનો ખાર, લીંબુનો રસ અને અર્ધ ટાંક સુરાખાર મેળવી પીવું જેથી કમળો મટી જાય છે. ૩૨-૩૩

(એજ રોગ માટે અંજન)

કુખારસ સમુદ્રફલ અંજન, કમલા દર્દ કરત હૈ લંજન;
કે ટીંડોરીપત્રરસ નાસા, દેખત કમલા પામત ત્રાસા. ૩૪
મિરચ ગુંજફલકી દો દાલી, જલમે' લીંબોઈ ઉતારો છાલી;
જલસે' રગડી ગુટિકા કીજે, નયનાંજન કમલા દુખ છોજે. ૩૫

(હવે પાંડુરોગનું નિદાન કહે છે.)

વાત પિત્ત કફ તીવ્રું મિલિ, કરત કોપ સનિપાત;
પંચ પાંડુકો હોય દુખ, પ્રાન જાનેડી ઘાત. ૩૬
આમિષ કટુ લક્ષન કરે, કહોડા ઇંદુ ખટાર્ધ;
પંચ ઇંદ્રીબલ ક્ષીન તન, કાંતિ બદલ વહે બર્ધ. ૩૭
ક્ષોણ વીર્ય યુધિ ક્ષીન તન, પીત રૂધિર સુકાય;
પીત પીત સખહી લખે, તખ દર્દી ચલ જાય. ૩૮

પાંડુરોગ પાંચ પ્રકારનો હોય છે. એટલે કે વાયુ, પિત્ત, કફ, ત્રિદોષ, અને રૂધિર એઓના કોપવાથી પોત પોતાનાં ચિન્હો સહિત જાહેરમા આવે છે અને જો વખતસર યોગ્ય ઉપાય કરવામા ન આવે તો પ્રાણ જવાની નિશાની હાજરી આપે છે.

એ રોગ માંસ ખોરાકથી, કટુ પદાર્થના વિશેષ ખાવાથી, કહોળું, શેરડી, ખટાર્ધનો અતિ ઉપયોગ કરવાથી પાંચે ઇન્દ્રિયોનું જળ ક્ષીણ થતાં શરીર ક્ષીણ થાય છે અને કાંતિ બદલાઇ જાય છે. જેથી વીર્ય અને યુધિ પણ ક્ષીણ થાય છે તથા સોહી શોષાય છે કિંવા તેના લાલ રજકણનું રૂપાંતર થઈ ઘોળા કિંવા પીળા રજકણોનો વધારો થતાં શરીરનો રંગ તેવા રજકણોથી પૂર્ણ નળાય છે અને બધી વસ્તુ પીળીજ પીળી દેખાય છે કે તે દર્દી કાની દુનિયાની ધર્મશાળામાંથી સુમાધરી લંબાતી જમણુરીનો નિવાસી થાય છે. ૩૬-૩૮

(પાંડુરોગના ઉપાય શું ?)

વાસા કટુ કિરાયતા, ગલો ત્રિકૂટા લિંબ-છાલ;
મધુ મિલાય કાઢા દિયો, જાત પાંડુ તતકાલ. ૩૯

અરૂંધો, કડુ, કરિયાતું, ગળો, નિફળાં, અને લીંમડાની અંતરજાલ એઓનો કવાથ મધ સહિત આપવામાં આવતાં પાંડુરોગ તરત દૂર થાય છે; (કેમકે આ કાઢો મળની શુદ્ધિ-રક્તશુદ્ધિ કરી લાલ રંગકણોનો વધારો કરે છે. તેમજ પાંડુ-કમળા એ રોગમાં લોખંડની બનાવટ અસ્ય આપવી, જેથી શરીર અદરથી કમી થયેલા લોહના લાલ રંગકણો પૂર્યા થતાં અસલ રંગમાં શરીર બને છે.) ૩૯

(મંદુર કેવી રીતે યદ ચક્ર છે ?)

લોહ કાટ શત વર્ષકૌ, સપ્ત વખત કરી લાલ;
કરીર કાણ્ડી વનહી ચૈાં, ગઉ મૂત્રમેં ડાલ. ૪૦
પીંછે સૂક્ષ્મ રગડી કે, વસ્ત્રગાલ કર લીન;
ત્રિકૂલા કવાથ ઉકાલી કે, લાવન દીજે લીન. ૪૧
પકાઇયે ગૌ દૂધ મેં, રગડી સૂક્ષ્મ કીન;
ગજપુટ અગ્ની પકાય કે, ફિરી અર્ક પય દીન. ૪૨
ગજપુટ ફિરાલ જલાઇયે, શીતલ લયે ભુ લીન;
ખલમેં ખારીક ઘુટિકે, વસ્ત્રગાલ કરી લીન. ૪૩

સો વર્ષનો અથવા બૂનો લોહકાટ (લોહના કાટપડા) લાવી સાત વખત કેરડાના લાકડાની આયથી લાલ કરી ગાવના મૂત્રમાં ઠારવો, અને તે પછી ખાંડી ખારીક કરી તેને વસ્ત્રગાળ કરવો. બાદ ત્રિકૂલા (હરડાં, બહેડાં, આમળાં) ના ઉકાળામાં ત્રણ વખત પચાળવો અને પછી ગાવના દૂધમાં પકાવવો (રાધવો), તદનંતર ઘુંટી ગજપુટ અગ્નિની આંચ આપવી. સ્વાંગ શીતળ થયે લઇ બપોળમાં ઘુંટી કપોટી છાણી લઇ આકડાના દૂધની બાવના દઇ ફરીને ગજપુટ અગ્ની આપવો અને ત્યાર પછી ઘુંટી વસ્ત્રગાળ કરી શીશીમાં ભરી લેવો અને મંદુર કહેવામાં આવે છે. ૪૦-૪૩

(એ મંદુર કેવી રીતે ઉપયોગમાં લેતા ?)

ચાતુર્ભૂતક ત્રિગડુ ત્રિકૂલા, સખસેં દુગુના મંદુર મિલા;
સખ સમાન દે મિશ્રિ મિલાઇ, ઠાંક સવાલર નિત પ્રતિ ખાઇ. ૪૪
લાલ બદન અરૂ મદન વંધારહો, કાસ ધ્યાસ પીનય દુખ દારહો;
પાંચ પાંડુ ધુનિ નિર્મલનાઇ, લોહી-બિગાડ કમલા દુખ બાઇ, ૪૫
તજ, તમાલપત્ર, નાજકેમર, અને એલચી એ ચારે વસ્તુ-ચાતુર્ભૂત, તથા ત્રિકૂલા, ત્રિકડ (શુક-મરી-પીપર), એઓ બગચર લેવા, અને એઓનાથી બમણો મંદુર લેવો તથા એ બધાઓની બરોબર સાકર મેળવી, પત્રી ૧ ટાંકભાર હમેશાં દ્રાકવો, જેથી ત્રિકાથ મટી શરીરમાં લાલ રંગકણોનો ઉમેરો થતાં લાલી અને કામદેવનો વધારો થાય છે, તેમજ ઉત્તરસ, દમ, શયેખમ-પીનસ-નાકના છોડતું દર્દ, પાંચે પ્રકારના પાંડુરોગ, નિર્ગળતા, લોહી બિગાડ અને કમળો એઓનો નાશ થાય છે. ૪૪-૪૫

(એજ રોગ માટે ત્રિકલાદિ ગોળી)

ત્રિકૂલા કાર્ણિશા વિરિયાદી, ચાતુર્ભૂત તંતરિક આમુદવાલી;
અપશુ મિશ્રિ મુસ્ત મિલાઇ, કુષ્ઠ લસુન બાવચી સુખદાઇ. ૪૬
વાસા વિડંગ ચિત્ર વિરધારા, વજ્ર દેવદાર સડી લે સારા;
સોનમુખી તજ ચવક નિસોતર, સખ સમાન ચૂરન કર સુદર. ૪૭

સખ ઔપધ મિલિ વજન જેતાઇ, સખરો દુશુન મંડૂર મિલાઇ;

ગૌ મૂત્રે ગુદિ પૂગી સમાના, પાંડુ સોફ શૂલ સુખ જાના, ૪૮

ત્રિકલા, દાર હળદર, વરિયાળી, ચાતુર્જાત, કોકમ, આસન, સુગંધિવાળો, ગ્રૂપણ (શુંક-મરી-પીપર), સાકર, મોથ, ઉપસેટ, લસણ, માળી, આવચી, અરડૂસો, વાવડીંગ, ચિત્રક, વરધારો, વજ, દેવદાર, કચૂરો, મીઠીઆવળ, તાજ, ચવક, નસોતર એઓ બધાં સરખાં અને એ બધાંઓની બરોબર મંડૂર લઇ-ખીળ્યોનું ચૂર્ણ કરી મંડૂર સહિત ગાયના મૂત્ર સાથે ઘુંટી સોપારી જેવડી ગોળી કરી અને ગૌમૂત્ર સાથેજ ઉપયોગમાં લેવી જેથી પાંડુરોગ, સોજ અને શ્વેત એઓનો નાશ કરે છે. ૪૫-૪૮

(પુનઃ ચૂર્ણ.)

સૌફ સોનમુખી બલ સડી લેના, ત્રિકલા ચાતુર્જાતક દેના;

આસન કટુ ચવ્યક ત્રિકટાઇ, હરદી ચિત્રા વિડંગ મિલાઇ. ૪૯

સખકે સખ મંડૂર મિલાના, ગૌમૂત્ર સેતી ચૂરન ખાના;

પાંડુ સોફ આમ ગમિ શૂલા, હરસ સીત જાવત જડમૂલા. ૫૦

વરિયાળી, મીઠીઆવળ, બાખીજ, કચૂરો, ત્રિકલા, ચાતુર્જાત, આસન, કટુ, ચવક, ત્રિકટુ, હળદર, ચિત્રામૂળ, વાવડીંગ, એઓ બધાં બરોબર વજનથી લઇ એ સવળાઓની બરોબર મંડૂર લઇ સર્વનું ચૂર્ણ કરી ગૌમૂત્ર સાથે ઉપયોગમાં લેવું જેથી પાંડુ, સોજ, આમ, ગર્ભ, શ્વેત, હરસ અને શીત એઓ જડમૂળાથી જાય છે. ૪૯-૫૦

(અતિસારની પિઝન શું ?)

શૂલ સોફ જવર ક્ષીણુ તુપાઈ, મુર્છા છર્દીશંક હિચકાઇ;

તેલ સેવાલ જાંબૂફલવર્તો, દધિ મચ્છગંધ માંસ ધોયન બરના. ૫૨

જલ સમાન રયામલ દુર્ગંધા, ચરન સોફ લચુનગંધકંદા;

દધિ ધૂન મધુ પય રંગ સો હોઇ, દર્દી હોત દીનસમ જોઇ. ૫૨

નિશ્ચૈ મરન લહે યહ ચૈના, પર રોગીકોં કછુઅ ન કહેના;

ઝાડે લોહી અતિસાર સનિષાતા, કહુ ઇલાજ ધનકે સખ લાતા. ૫૩

જે ઝાડના રોગીને શ્વેત, સોજ, તાવ, ક્ષીણુતા, પાણીનો શોષ, મુર્છા, ઉલટી કે ઉલટી થવાની ચંકા, હિચકી એ ચિન્હ જણાતાં હોય, અથવા તેલ, સેનાળ, જાંબૂ જેવો કે માંસના ધોવરામણ જેવો અને દહિં માછલાના જેવી ગંધવાળો અથવા તે પાણી જેવો, કાળો, લસણની ગંધ જેવા ગંધવાળો, દુર્ગંધવાળો, દર્દી, ધી, મધ, દૂધના રંગ જેવો ઝાડો જણાતો હોય અને પગે સોજ આવી ગયા હોય તો તે દીન જેવો જણાતો દર્દી જરૂર મરી જાય છે. પરંતુ રોગીને મરણ ન જણાવતાં હિમ્મત આપી ટટાર રાખવો. હવે ઝાડામાં લોહી જવું હોય, અતિસાર હોય અને સન્નિષાત સંયુક્ત હોય એ બધા ઝાડાના રોગના ઇલાજ જૂદા જૂદા કહું છું. ૫૧-૫૩

(વાયુના અતિસારનાં નિદાન.)

શૂલ આફરો હોત ઉખાઇ, દિલશંકા અફ ક્ષીણુ અથાઇ;

લોલ શામ રંગ હરા હિલેતા, વાયુ અતિસારે લચ્છન એતા. ૫૪

વાયુ કોપવાથી અતિસાર થયો હોય તો તેમાં શળ, આદરો, અને બગાસનો વધારો હોય છે. વારંવાર ઝાડાની શંકા રહ્યા કરે છે, અને ઝાડો રાતો કાળો લીલો પાતળો અને ઘણા શીથલાળો હોય છે. ૫૪

(વાયુ અતિસારના ઉપાય.)

આંખા, ભંખુ, કઠાયા છાલી, મુસ્તા પાક ઇંદ્રજવ ડાલી;
અતિ વિપવાલા ગંડુચી લોદ્રા, ધાવડી ફૂલ ઇંદ્રજવ છુદ્રા, ૫૫
ઈનકા કાઠા કરી જળ પાક, પવનાતિસાર તુર્ત થંભાધ;
ફિર ચિત્તાકલી ગોદધિ દીજે, પવનાતિસાર શીઘ્ર થંભીજે. ૫૬

આંખાની, ભંખુડાની અને કઠાની છાવ (અંતરછાવ), ઇંદ્રજવ જમણા, મોથ, કાળી-પાક, અતિવિપ, વાળો, ગળો, લોદર, ધાવડીનાં ફૂલ અને શંગણી બેડી, એઓનો ક્વાથ કરી પીવાથી વાયુનો અતિસાર મટે છે. અથવા આમલીના કચુકનો લોટ ગાયના દહી સાથે આપવાથી પણ વાયુનો અતિસાર મટે છે. ૫૫-૫૬

(એન અતિસારપર ગાળી.)

શુઠીવાળો લોદ્ર સમતૂલા, ટીંટ કાયફળ ધાવડી ફૂલા;
મોચરસહ આમફળ ગોટી, દાર્વી લાખ નયા ગિર કોઠી. ૫૭
ભંખુ અરલુસા ખીલી છાલી, સુરમા સખ સૂક્ષ્મ કાર ડાલી;
બડકી જટાકે સંગ રગડીજે, ગોળી ટાંક દધિ કુર પથ દીજે. ૫૮

સુંક, વાળો, લોદર, ટીંટ, કાયફળ, ધાવડીનાં ફૂલ, મોચરસ, આંગાની ગોટલી, દારૂ-જલદર, લાખ, કોઠાનો નવો ગર્મ, ભંખૂડા અરલુસા અને ખીલીની છાવ, તથા સુરમો એઓ સઘળાં સમાન લઘ એઓનું વજ્રગાળ ચૂર્ણ કરી વડની જટાની કુંપળોના રસમાં ઘુંટી ટાંક બારની ગોળી કરવી અને તે સેવન કરી દહીં ભાત જમવાં જેથી વાતાતિસાર મટે છે. ૫૭-૫૮

(પિત્તના અતિસારનું એજખાણુ.)

જવર પસીન અતિસાર હુગંધા, સુર્ષા દાહ તપા હુખદંદા;
હરા રયામ લોહુ પીરા ઝારા, રંગ સેવાલ પિત્ત અતિસારા. ૫૯

તાવ, પરસેવો, પાનળો ઝાડા, ફૂર્ણવ્યુક્ત, સુર્ષા, ખજતરા, પાણીનો શોષ, અને લીલો કાળો પીળો, સેવાળ જેવો ઝાડો ઉતરતો હોય તો તે પિત્તકોપનો અતિમાર કહેવાય છે. ૫૯

(ઉપાય.)

ટાંક દ્રાખ ધનિયા પંચ ટંકા, વારિ સેર વજન એન અંકા;
કાઠા કરીકે અર્ધ જલાના, નવટંક ચાર જખતમે ખાના. ૬૦

એક ટાંક કાળી દ્રાખ, પાંચ ટાંક ધાણા, અને પાણી શેર લઘ તેમાં ઝાડો કરી એટલે કે ના શેર પાણી રહે કે ઉતારી લઘ નવ નવ ટાંક ૪ વખતમાં પાવું જેથી પિતાતિસાર મટે છે. ૬૦

(પુનઃ ઉપાય.)

નાગર સાકર કોઠ ૩ છરા, તંદુલજલે ચૂરન દો ખીરા;
ખાત ઊઠ શેર પાભર પાના, પિતાતિસાર જલદી થંભાના. ૬૧
સાકર છરા તંદુલવારી, પિયે જાત પિત્ત અતિસારી;
રકત આમ પેટકી વાલી, સખ અતિસાર કદ દે કાલી. ૬૨

સુંઠ, સાકર, કોઠગર્ભ, જીરું, એઓનું વજ્રગાળ ચૂર્ણ ચોખાના પાશેર ધોવણ સાથે આપવું, જેથી પિત્તનો અતિસાર તુરત મટે છે. અથવા સાકર, જીરું, ચોખાના ધોવણ સાથે પીવાથી પિત્તનો અતિસાર તથા લોહી, આમનું પકવું, અને પેટપીડા એઓનો નાશ થાય છે. ૬૧-૬૨

(કફાતિસારની પિચાન,)

રોમાંચિત શીતલ ઉદ્દાસા, શ્લેષ્મ ખાંસી જ્વર અરૂં શ્વાસા;
સ્વેત ખરન તન શિથિલહ સારા, તાતે' જનો કફ અતિસારા. ૬૩

જો કફકોપનો અતિસાર હોય તો રૂવાડાં ઉમાં થયા કરે, શરીર ઠંડુ રહે, શ્લેષ્મ, ઉધરસ, તાવ અને દમ તથા શરીરનો રંગ ધોળો પડી શિથિલ-ઢીલું (બદન) બની જાય તો તેથી સમજાય કે એ કફનો અતિસાર છે. ૬૩.

(ઉપાય)

હરડે અતિવિષ અજમોદ લીજે, હિં'શુ મિરચ રૂ વજ સમ કીજે;
મધુ મિલાય અવલેહી ચટાઈ, શ્લેષ્મ અતિસારહ તખ્ત જાઇ. ૬૪
હરડે દળ, અતિવિષની કળી, અજમોદ, હિંગ, કાળાં મરી, અને વજ એઓનું ચૂર્ણ મધમાં મેળવી ચાટવું, જેથી કફનો અતિસાર દૂર થાય છે. ૬૪

મિરચ પીપરી પીપરમૂલા, હિંગ ગજપીપર સંચલ તૂતા;
વજ અતિવિષ સુંઠ ખીલી ચૂરા, ગર્મ જલે' રૂ ઊગત ચૂરા. ૬૫
કીકર પતરસ પાઓસેર લાના, સુરભી દધિ અધશેર મિલાના;
દિવસ તીન વિત કીજે' ભાઇ, રક્તગ્રાવ અતિસાર થંભાઇ. ૬૬

મરી, પીપર, પીપરીમૂળ, હિંગ, ગજપીપર, સંચળ, વજ, અતિવિષ, સુંઠ અને ખીલીનો ગર્મ એઓ સમાનભાગે લઈ ચૂર્ણ કરી સૂર્ય ઉગવા સમય ઉઠ્ઠા પાણી સાથે ફાકવાથી કફાતિસાર મટે છે. અથવા બાવળના પાંદડાનો રસ પાશેર અને ગાયનું દહીં અરધો શેર લઈ દહન ૩ લગી પીવું જેથી રક્તાતિસાર કિંવા રક્તગ્રાવ વગેરે મરી જાય છે. ૬૫-૬૬.

(આમાતિસારના ઉપાય.).

હરડે વિશ્વા વજ દેવદારા, અતિવિષ મોથ સખે સમભારા;
ધનકા કાઠા કરીકે' દીજે, આમાતિસાર છિનકમે' હીજે. ૬૭
રામઠ વજ ગોખરૂ અતિવિષા, હરડે પોકરમૂલ સખ પીસા;
પાની સાથ કરે ઉપધોગા, જાત આમ અતિસારહ રોગા. ૬૮
ખીલી ઇંદ્રજવ, પોકરમૂલા, મોથ ગળો ગોખરૂ સમતૂલા;
મધુ મિલાય ચૂરન અવલેહી, આમાતિસાર જલ્દી થંભેઇ. ૬૯

હરડે દળ, સુંઠ, વજ, દેવદાર, અતિવિષ અને મોથ એઓ બરોબર લઈ આખાંપાખાં ખાંડી કવાય કરી પીવામાં આવે તો આમ સંબંધી અતિસાર તુરત દૂર થાય છે. અથવા હીંગ, વજ, ગોખરૂ, અતિવિષ, હરડેદળ, અને પોકરમૂળ એઓને ખાંડી વજ્રગાળ ચૂર્ણરૂપે કરી પાણી સાથે ફાકવાથી આમાતિસાર મટે છે. અથવા ખીલી, ઇંદ્રજવ, પોકરમૂળ, મોથ, ગળો, ગોખરૂ એઓ સમાન લઈ ચૂર્ણ કરી મધમાં કલવી ચાટવામાં આવે તો આમાતિસાર દૂર થાય છે. ૬૭-૬૯.

(છર્દિ અતિસારનો ઉપાય.)

ધનિયા પટેલ અરૂ જવખારા, કાઢા કે મધુ મિંચા ડારા;

છર્દિ અતિસારહ સખ જાઇ, યહી ઇલાજ કરો ચિત લાઇ. ૭૦

ધાણા, કડવાં પરવળ, અને જવખાર એઓનો ક્વાચ મધ સાકર સાથે આપવાથી ઉલટી સાથે ઝાડ થયા હોય તે બધ થાય છે. ૭૦

(સોફતિસારનો ઉપાય)

બીલી બલદાને ધાવડી-ફૂલા, મોથ મુવા ધનિયા અરૂ વાલા;

ઈનકા કાઢા કરી જખ દીજે, રૂધિર વાયુ સોફહ સખ હીજે. ૭૧

બીલીનો ગર્મ, બળબીજ, ધાવડીનાં ફૂલ, મોથ, સત્રા, ધાણા અને વાળો એઓનો કાઢો પીવાથી સોફી વાયુ અને સોજની ઉપાધિ દૂર થાય છે. ૭૧

(જલાતિસારનો ઉપાય.)

મિરચહ છરા ધનિયાવાલા, મંચિક જવાની ચિત્રા છાલા;

આતુર્ગત સંચલ શુઠિ લેના, ટાંક ટાંક ભર સખહી દેના. ૭૨

ધાવડી બીલી અજમોદ કણા, પટ ટાંક દાડિમ તંતરીક ત્રિગુણ;

પટ ટાંકહ મિચિકા દીજે, અષ્ટ ટાંક કોઠહકા દીજે. ૭૩

સખ ચૂરન સૂક્ષ્મ કરી લેના, તંદુલ જલે ટાંક દો દેના;

સંમહણી અરૂ જલ અતિસારા, સ્થંભન કરે સખે ચે સારા. ૭૪

કાળાં મરી, છંદ્ર, ધાણા, વાળો, પીપરીમૂળ, અજમો, ચિત્રગવ, આતુર્ગત, સંચલ, શુક્ર એ બધાં ટાંક ટાંક ભર, તથા ધાવડી ફૂલ, અજમોદ, બીલી અને પીપર છ ટાંક ભર, દાડિમદાણા અને કોદમ ત્રણ ગુણાં, છ ટાંક સાકર અને આઠ ટાંક કોદનિ ગર્મ લપ્પ સર્વતુ ધ્યોયિત વચગાળ ચૂર્ણ કરી ચોખાના ધોવરામણ સાથે બે ટાંક ભર આપવામાં આવે તો સંમહણી અને પાણી વિદારના ઝાડ બંધ થાય છે. ૭૨-૭૪.

(બગાસા સાથેના અતિસારનો ઉપાય.)

કુઠ અતિવિપ રાયન વજ લીજે, ચારોં સમ કાઢા કરી દીજે;

મિટલ ઉમાહી સ્લેષમ અતિસારા, પેટ વાઢી દો દર્દ વિદારા. ૭૫

કરના ચૂરન સોંફ લખલી, આડખણી મેહ અગ્ની ડાલી;

ધૂની દીજે મૂલદારાહી, અતિસાર તખ જાત ઉમારી. ૭૬

આમ હીલ્લ સોંફતકાછે, જલ મિંચાય શૌચ્ય તો આછે;

કે ધાના સોંફ જલ ગર્મ કરાઈ, શૌચ્ય લિયે તખ જાત ઉમાઈ. ૭૭

(શેષ આગળ.)

"Nature's Laws, I must repeat, are eternal: her small still voice, speaking from the inmost heart of us, shall not, under terrible penalties, be disregarded. No one man can depart from the truth without damage to himself; no one Million of men, no Twenty-seven Millions of men Show me a Nation fallen everywhere into this course, so that each expects it, permits it to others and himself, I will show you a Nation travelling with one assent.....to precipices, devouring gulfs, if it pause not."—Carlyle.

દેવી અમાનુષી સત્તા વડે રોગ મટ્યાનો અતિ અદ્ભૂત અહેવાલ.

[આપણાં આર્ય શાસ્ત્રોમાં વ્યાધિનિવારણ માટે મંત્ર, મણિ, અને ઔષધ, એમ ત્રણ સાધનો વિશે ઉલ્લેખ છે. મંત્રથી અને યોગવિદ્યાના અન્યથી ચમત્કારિક રીતે રોગો મટે છે. આવી દિવ્યશક્તિ ધરાવનાર યોગીઓનો હજુ આર્યોવર્તમાંથી સમૂહો લોપ થયો નથી, તેમ મંત્રના પ્રયોગોથી પણ અસાધ્ય ગણાતા વ્યાધિઓને ચમત્કારિક રીતે મટાડવાના દાખલા સમયે સમયે યતતા જોવામાં આવે છે, તેમાંનો એક દાખલો “ચેરાગ” માસિકમાંથી અત્રે ઉતારી લેવામાં આવ્યો છે.—તંત્રી]

બાપુ મનોહરલાલ દેવ ગયા એપ્રિલ માસના થીયેસોરીસ્ટના અંકમાં નીચલો હેવાલ લખે છે:—

રાય બહાદુર ચંદ્રનાથ ચેતરજી નામનો એક બાપુ મધ્ય પ્રાંતમાં કૉન્સરવેટર ઑવ ફોરે-સ્ટસના ઓફીસ ઉપર હતો તે એક સારી કેળવણી પામેલો, સત્યવાદી અને પ્રમાણિક ગૃહસ્થ હતો; પણ શીલસુધી અને સાયન્સનો ઉડો અભ્યાસી હોવાથી કેટલાક અસાધારણ બનાવો જોના સાયન્સ ખુલાસો આપી શકે નહિ તે માનતો હતો નહિ, કારણ તે જડવાદી હતો. તેની વિધવા માતા એક અમલી વિચારની અને ઘણી તેજ ધાતુ હતી. ઇશ્વરના ધ્યાનમાં ઘણા કલાકો તે કાઢતી હતી અને કોઈક વેળાએ આખો દિવસ યોગ સમાધિમાં બેસતી હતી. જો કે તે એક કુલીન બ્રાહ્મણી હતી, અને ચંદ્રનાથ ભોજનવ્યવહાર સંબંધીના ચાંતિના કાયદાઓનો ખુલ્લો અનાદર કરતો હતો, તોપણ તે કાંઈ પોતાના દીકરાથી દુર નાસતી ન હતી. તેના ભોળા અને મોટા દીલને લીધે તેને માટે તેણીનો ઘણો સારો મત હતો, કારણ કે હિંદુ રિવાજો, જે જો આ ગુણો સાથે પળાયા ન હોય, તો તેના કરતાં એ ગુણોની તેણી વધુ કીર્તિ આંકતી હતી. મારા એક મિત્ર જેના બોલવા ઉપર મને પુરતો ઇતિહાસ છે તેની આગળ ચંદ્રનાથે પોતે નીચલી વાત કહી હતી અને મેં જે સાંભળ્યું તે કાંઈ પણ ઉમેરવા વગર નીચે લખું છું.

એક દિવસ જંગલમાંથી થોડા ઉપર જતાં કોઈ જંગલી જનાવરોના અવાજથી ચંદ્રનાથનો ધોડો ચોંટ્યો, તેને કાપુમાં રાખવાને ચંદ્રનાથે ઘણીએ કોશિશ કરી પણ ફેકટ ; ધોડો પાછલા પગે ઉભો થયો અને ચંદ્રનાથ તેની પીઠ ઉપરથી નીચે પડ્યો. તેનો એક પગ પેંગડા સાથે ખરાઈ ગયો અને કાંઈ પણ મદદ મળે તે અગાઉ ધોડો પથ્થર અને કાંટાવાળા છોડવાઓ ઉપરથી ધસડતો ધસડતો કેટલેક લાંબે છોટે તેને લઈને નાહો, જ્યાં જંગલમાંનાં કેટલાંક લોકોએ તેને અટકાવ્યો. તેને એવી તો ગંભીર ઇજા થઈ હતી કે બેશુદ્ધ હાલતમાં તે મળી આવ્યો હતો. એક નજદીકની હોસ્પીટલમાં તેને જેમ તેમ લઈ ગયા અને તેના જખમોની સારવાર કરવામાં આવી. તેની હાલત ઘણી ગંભીર થયેલી હોવાથી વૈદક સલાહથી રેલવે માર્ગે વેપરત તેને દાનપુર લઈ જવામાં આવ્યો કે જ્યાં સારી સામગ્રી ધરાવનારા શસ્ત્રવૈદો તેની સારવાર કરી શકે.

ઠાનપુરમાં ચંદ્રનાથને તેના એક મંગા જે વધીસ હતો તેના ઘરમાં રાખવામાં આવ્યો. સીવીલ સરજને તેને તપાસીને લશ્કરના સરજનની સાથે એક “ઓપરેશન” કરીયું. ભાંગેલાં અને લયકાયલાં હાડકાંએને કામડાંનેા પાટો બાંધી ઠાંઈ પ્રજ્વ હાલ ચાલ કર્યા વગર પીક ઉપર ચતો સુઈ હેવા તેને ફરમાવ્યું. કુટુંબી ડૉક્ટર દરરોજ આવતો હતો અને સીવીલ સરજન પણ અવરનવર સુવાદાત હેતો હતો. તેને અડીંગીને પડી રહેવા કહ્યું અને કુટુંબી ડૉક્ટરની સલાહ પ્રમાણે તેની જુવાન બાપડી અને તેણીની નાની બેહેને તેની ચાલુ સારવાર કીધી. મુકર કીધેલો વખત વહી ગયા બાદ સીવીલ સરજને પોતે પાટા છોડી નાંખ્યા અને ચંદ્રનાથને ઉઠવાને કહ્યું. ચંદ્રનાથથી વહીને બેસી પણ શકાયું નહિ અને બાગેશે પગ એટલે તો જડ થઇ ગયો હતો કે વાળી પણ ચકાયો નહિ. તેથી સીવીલ સરજને બ્યારે તેને ઘણી ખારી-કીથી તપાસ્યો ત્યારે તેને જણાયું કે બાંગેલાં હાડકાંને સાંધવામાં ઠાંઈ ખામી નડી હતી, જે દુસ્ત કરવાને બીજાં “ઓપરેશન” ની જરૂર પડી.

તે વિષે કુટુંબમાં ગમલત કરવામાં આવી અને કલકત્તાની મંડીકલ કોલેજ હોસ્પિટલ બ્યાં વહાડકાંપને લગતી કુશળમાં કુશળ મદદ અને ઓળંગે મળી શકે ત્યાં તેને લઈ જવાનું નક્કી કરીયું. આ વિચારથી તેની સ્ત્રી ધણી દિલગીર થઇ, કારણ કે આટલે લાંબે છેટે તેના અશક્ત ધણીને લઈ જવાનું ધણું મુશ્કેલ કામ હતું, એટલુંજ નહિ, પણ તેની શક્તિ જે હમણાંજ ધટી ગઈ હતી તે ઉપર બીજાં “ઓપરેશન” થી ધણું દબાણ પડશે એમ તેને ધાસ્તી લાગી. આ વિચારથી તે ધણી દુઃખી બની, અને જ્ને કે પોતાના ધણી આગળ તો તે પોતાનું મ્હો શાંત રાખતી હતી, તો પણ તેની આગળથી ખસતાંજ તેણીની આંખોમાંથી આંસુઓની ધાર વહેતી હતી.

જે દિવસે તેઓ ઠાનપુરથી કલકત્તા જવાનાં હતાં તેની આગલી રાતે ચંદ્ર પોતાના કમનસીબ ઉપર વિચાર કરતો બીજાનામાં જાગતો પડેલો હતો. ઝોરકામાં તદન અધાર્ હતું અને ત્યાં એક જુદા બીજાનામાં તેની સ્ત્રી સુતેલી હતી. તેણીના દમ લેવાના અવાજ મિવાય ત્યાં સપૂર્ણ સુપડીદી ફેલાયેલી હતી. તુરતજ એક તેજસ્વી રોશનીના ચમકારાથી તે ઝોમ્યો. જે વિશાએધી તે રોશની આવતી હતી ત્યા તેણે પોતાનું મ્હો ફેરવ્યું અને તેના ગભરાટ વચે સામેની દીવાલમાં ફાટ પડી તેમાંથી રોશની આવતી તેણે દીડી. એક પળમાં તે ફાટ પોહોળી બની જેમાંથી સંદેહ ક્રમાંમાં સજ્જ થયલા લાંબી સંદેહ દાઢીવાળા પવિત્ર દેખાવના એક પુરૂષ અદર આવ્યા! તેમની સાથે એક જુવાન સ્ત્રી લગભગ એક છોકરી જેવી, જે તેની ધણીઆણીની નાની બેહેને (સાળી) હતી, તે પણ આવી. જેવાં તેઓ ઝોરડીમાં દાખલ થયાં કે પેલી ફાટ સંધાઈ ગઇ.

ચંદ્રનાથ જે એક પકકો સંલયવાદી અને એવા દેખાવમાં નહિ માનનારો હતો તેણે થોડીક વાર એમ વિચાર્યું કે તે તો માત્ર એક સ્વપ્નું હશે. પણ બ્યારે પેવા બે આકારો તેના બીજાના આગળ આવ્યા અને પેલા પવિત્ર પુરૂષે હિંદી બાપામાં કહ્યું કે, “ઉઠ,” ત્યારે તેને લાગ્યું કે તે તદન જાગૃત હાલતમાં છે. ધણો ગભરાઈ ગયેલો હોવાથી એક શબ્દ પણ તે બોલી શક્યો નહિ અને તેથી તે સુપ પડી રહ્યો. તે મહાત્માએ ફરીથી તેને ઉઠવા કહ્યું. પણ તે તો સુપજ રહ્યો. બ્યારે ત્રીજી વાર તેમણે તેને ઉઠવા કહ્યું. ત્યારે તેમની ધ્વજ પાર પાડવાની કોશિય કરવાને પેલી જુવાન સ્ત્રીએ તેને ધણો સમજાવ્યો, પોતે ઉઠી ચકતો ન હતો એમ બ્યારે તેણે તેણીને જણાવ્યું, ત્યારે તેને ઉઠાડી બીજાનામાં બે.

સાકવાને તેણીએ તેને હાથ આપ્યો. ઉઠવા માટે જેવી તેણે કાશોપ ક્રીધી કે તુરત તેને માલમ પડ્યું કે ધણી આસાનીથી તે ઉઠી શક્યો, એટલુંજ નહિ, પણ પેત્રો પગ જે તદ્દન જડ બની ગયો હતો તે પણ હલાવી અને વાળી શક્યો !! તેથી એક લાકડીનો ટેકો લઈ બીજાનામાંથી બહાર નીકળી મહાત્માની સામે તે ઉભો રહ્યો. મહાત્માએ પહેલાં તેના થાપા ઉપર બેસવા કહી પછી “સીધું ઉભું રહેવા કહ્યું અને તેમના ફરમાવ્યા મુજબ ત્રણ વાર આમ તેણે કીધું. તુરતજ પેલી દીવાલમાં પાછો ગાળો પડ્યો, પેલાં બે જણાં તેમાંથી ચાલી ગયાં દીવાલ પાછી નેકાર્ડ ગઈ, અને અગાઉ હતું તેમ ઝોરડામાં પાછું અચાનં ફેલાઈ રહ્યું. બીજે દિને જ્યારે તેણે દીવાલમાં પડેલી ફાટની તપાસ કીધી ત્યારે, તેને તેની કાંઈ પણ નિશાની માલમ પડી નહિ.

ચંદ્રનાથ તદ્દન સ્તબ્ધ થઈ ગયો, પણ આ બાબત એક શબ્દ પણ કોઈને ન કહેવો એવો નિશ્ચય કરી તેડું કારણ શોધવા મંડ્યો. તે બનાવ તેની સ્ત્રીએ જાણે ન હતો તેની ખાતરી કરવા અધારામાં તપાસતો તેણીના બીજાના આગળ જઈને તેણીને હાથ લગાડી ઉઠાડી અજબબીમાં ગરકાવ કરી નાખી. ભર ઉંઘમાં પડી ઉઠવા પછી તે સારો થઈ ગયો હતો એમ તેણે તેણીને સમજાવ્યું અને તે ઉંઘતો હતો તે દરમ્યાન કાંઈ ‘નવું જુદું’ બન્યું હતું કે નહિ એમ તેણીને પૂછવા લાગ્યો. તેણીએ જવાબ આપ્યો કે જે ભર ઉંઘમાંથી તેણે તેણીને ઉઠાડી હતી તેમાં પડવા આગમ્ય માત્ર તેણીએ ઝળકતી રેશમીનો એક ચમકારો દોઢો હતો. આ અગત્યના બનાવ વિષે તેણે કાંઈ પણ કસારો તેણી આગળ કીધો નહિ.

બીજે દિવસે સવારે ચંદ્રનાથને લાકડી લઈ નીચે ચાલતાં જોઈ અર્ધા વિરમય પામ્યાં. કુટુંબી હાકર અને સીવીલ સરજને સંભાળભરી તપાસ કરી મત આપ્યું કે ઉંઘમાં કોર વાળતાં એકાદ લાયક આંચકો મલતાં ભાંગેલાં હાડકાંઓ બુરાબર ગોઠવાઈ ગયાં હોવાં જોઈએ. તે તદ્દન સારો થયો હતો. માત્ર સાધારણ નળખાઈ રહી હતી અને તેના ઉપાયો કરવામાં આવ્યા.

આ બેઠી બનાવ ઉપર કાંઈ અજવાળું નાખી નહિ શક્યાથી, જ્યારે પાસે કોઈ હતું નહિ ત્યારે, તેણે પોતાની શાળીને પુછ્યું કે શી રીતે પેલી રાતે તે સાજો થઈ ગયો? પહેલાં તો તેણીએ તેને ઉડાવ્યો, પણ જ્યારે તેણે પ્રશ્ન દેખાણ કીધું ત્યારે તદ્દન છુપું સંખવાતું વચન તેણી પાસે લઈ તેણીએ તેને કહ્યું કે તેણીના ગુરુ જેને તેણી પોતાના આગલા ત્રણ જન્મથી પીજાને છે તેણે તેને સાજો કર્યો હતો. ચંદ્રનાથે પુછ્યું, “તમારી આગલી જીવંતીઓની યાદ તમને કેવી રીતે થાય છે ?”

તેણીએ કહ્યું, “હું તે કહી શકતી નથી; પણ જ્યારે પણ હું કાંઈ દુઃખમાં હોઉં છું ત્યારે મારા ગુરુ મારી આગળ આવે છે અને તેની સલાહથી મને શાંતિ મળે છે. કશય તેની પવિત્ર અસરથી મારા ત્રણ આગલા જન્મોના મુખ્ય બનાવોની યાદ મારાં મનમાં તાજ થતી હશે.”

“તમારા છેલ્લા જન્મમાં તમે ક્યાં જન્મ્યાં હતાં તેની તમને યાદ છે ?”

“હા. નેપાળનાં એક અમીરી કુટુંબમાં,” અને તેણીનો દેખાવ એક નેપાલીસના જેવો લાગ્યો.

“કેટલાક અધ્યાત્મિક સવાલો જેનો નિર્ણય કરવાને હું અસક્ત છું તેડું સમાધાન કરી આપવાની મહેરબાની કરવા તમારા ગુરુને તમે પુછશો ?”

“ તેવણુ એટલા તો ઉચ્ચ દરજ્જાના છે કે નાની બાળતો માટે અને વારે ધડિયે તે-
મને કંટાળો આપવાની મારી હિમ્મત ચાલતી નથી. જ્યારે હું કાંઈ મોટાં સંકટમાં હોઉં
ત્યારે જ તેમને બોલાવવાની મને તેમની આજ્ઞા છે. સીવીલ સરજન તમને સાંજે કરી નહિ
શકવાથી મારી બેઠેન ઉપર જે મોઢું હજી આવી પડ્યું હતું તે પ્રસંગે તેમને બોલાવવાની
મેં હિમ્મત કીધી હતી. ”

પણ તેની ઇચ્છા બર લાવવાને માટે ચંદ્રનાથે તેણીને ઘણું દયાણુ કીધું અને જાંને
તેમ કરવાને તેણીએ આનાકાનીએ કણુલ કીધું. કેટલાક દિવસ વહી ગયા પણ ચંદ્રનાથની
સુરાદ ક્ષણી નહિ. તેથી તેને એમ લાગ્યું કે તેની શાળીએ તેને છેલ્લેયો હતો. એક રાત્રે બનેલા
અભયમ બનાવ ઉપર વિચાર કરતો તે જીજ્ઞાસામાં પડ્યો હતો એટલામાં આગળ જોઈ હતી
તેવીજ રેશની તુરતજ તેના ઓરડામાં-તેને દેખાઈ અને દીવાલની ફાટ જે સંધાઈ ગઈ હતી
તેમાંથી મહાત્મા અને શાળી અંદર આવ્યાં. જો કે ચંદ્રનાથ તેમને સવાલ પુછ્યા ગાંઘતો
હતો, તોપણ તેના હોઠ જાણે સીવાઈ ગયા. તે પોતાના બીજાનામાંથી ઉઠ્યો અને તેમના
પગ આગળ નમન કરતો પડ્યો.

શુરૂએ પુછ્યું, “ તમે મને કાંઈ સલાહો પુછવાના હતા, નહિ ? ”

ચંદ્રનાથ કાંઈ પણ બોલી શક્યો નહિ.

મહાત્મા બોલ્યા : “ હાલ તમે એક કેળવણી પામેલા શામ્સ છો અને આગલા જ-
ન્મોમાં પણ તેમજ હતા. ચોડાંક ખરાબ કર્મ સિવાય સારા કર્મોનો એક મોટો ભંડાર તમોને
છે. સાચા માર્ગે ઉપર ચાલવાને હવે તમે લાયક બન્યા છો, માટે મારી સાથે આવો. તે
સિવાય તમારા સંસાર છોડી શકાશે નહિ. ”

ચંદ્રનાથ તેમની માથે જઈ શક્યો નહિ અને તેની સુતેલી સ્ત્રી તરફ આંગળી દેખાડી
બોલ્યો : “ મહારાજ, તમારાં માયાણુ ઇર્જન (આમત્રણ)થી જો કે હું ઘણો આભારી થયો
હું, તોપણ મારી જીવન ધણીઆણીની સંભાળ અને પોપણ માટે જાઠવણ કીધા વિના હું
તેણીને છોડી શકતો નથી. જો કે મને જાહેર સારો પગાર મળે છે તોપણ તેને માટે કાંઈ
બચાવવાને હું શક્તિમાન થયો નથી. ”

એક પળવાર મહાત્મા વિચાર કરતા હતા અને ઓરડામાં કારનીસ તળે દીવાલ તરફ
આગળી દેખાડતા હતા. ચંદ્રનાથે તે તરફ જોતાં શું કીધું ? આખી દીવાલની લંબાઈએ
એક મોટી નદી નજદીક સ્મશાન ધાટનો દેખાવ તેની નજરે પડ્યો. તે ધાટની નજદીક એક
કરકડી પડેલી હતી જેની ઉપર એક સ્ત્રીનું શબ હતું. તે સ્ત્રી તેની પોતાની ધણીઆણી
હતી. ચોડાંક જાંગલીઓ તે કરકડી આગળ હતા હતા અને તેમાં તેણે પોતાને પણ ઉમેશે
જોયો. મહાત્મા તરફ નજર કરતાં દીવાલની ફાટમાંથી તેમને તથા તેની શાળીને ચાલી જતાં
તેણે જોયાં. ફાટ પાછી પુરાઈ ગઈ અને તેની આસપાસ સંધણું અધારું થઈ રહ્યું.

ખીજ મહારે તેણે પોતાની શાળીને પુછ્યું કે તેણી શુરૂની સાથે કેમ જતી નથી ?
તેણીએ જવાબ દીધો કે તેણીનો ધણી તેણીને જવા દેતો ન હતો અને તેની મરજીની વિરુદ્ધ
નહિ જવું એવી તેણીના શુરૂની આજ્ઞા હતી.

ચંદ્રનાથ જે હવે તદ્દન સાંજે થયો હતો તે આ બનાવ પછી તુરત પોતાની નોકરી-
વાળે ઠેકાણે પોતાની ધણીઆણી સાથે રવાના થયો. ચોડાંક મહીનામાં તેની ધણીઆણી મરણ
પામી અને જ્યારે તેણીનાં શબને સ્મશાન-ધાટ તરફ લઈ જવામાં આવ્યું ત્યારે દાનપુરવાળા

ધરની દીવાલ ઉપર જે ચિત્ર તેણે જોયું હતું તે આબેહુમ હાં ખર પડ્યું.

*

*

*

*

*

રાય બહાદુર ચંદ્રનાથ ચેતરણ મરણ પામ્યો છે અને તેની ભાગ્યશાળી શાળીનું શુ થયું તે હું જાણતો નથી. ચંદ્રનાથના કાનપુરવાળા સગાનું નામ મારો મિત્ર જાણતો નથી. તે કુટુંબ સાથે સંબંધ ધરાવતાં કેાઇ માણસનું ધ્યાન આ બ્યાન તરફ ખેંચાય તો તેણીના અને તેણીના તે વખત પછીના અહેવાલનો કદાચ પતો મળે.

સર્વ વ્યાધિહર ધર્મણુર-નાન.

(લેખક: તંત્રી.)

જાત જાતના વ્યાધિઓ માટે અનેક તરેહની દવાઓ અને ઉપચારો કરવા કરતાં વ્યાધિ થતા અટકે, આરોગ્ય રહેવાય અને દીર્ઘાયુષ્ય ભોગવી શકાય એવો અન્તરીર અને સહેલામાં સહેલો ઉપાય ધર્મણુરનાન છે. અનેક જાતના વ્યાધિ મનુષ્યજાતને ખીટો છે. તેના નિવારણ માટે સંખ્યાબંધ ઉપાયો અને વૈદ્યકનાં પાનાં તે પાનાં ચિત્રાયાં છે; છતાં પણ વ્યાધિએ મનુષ્યજાતનો કેડો મુક્યો નથી. રોગની સંખ્યા ને મરણની સંખ્યા વધ્યાં જાય છે. અનેક જાતની દવાઓની શોધો થયા કરે છે પણ તેથી હજી સુધી લેશમાત્ર પણ ફાયદો થએલો દૃષ્ટિએ આવતો નથી. ફાયદો થએલો ક્યોરે સમજાય કે રોગની સંખ્યામાં ઘટાડો થાય અને મરણનું પ્રમાણ ઓછું થાય. રોગની કયા કારણથી ઉત્પત્તિ થાય છે. તે સમજવામાં આવે ને તે કારણને દૂર કરવામાં આવે તો મરણનું પ્રમાણ આપોઆપ ઘટી જાય. વિદ્વાન પુરૂષો કહે છે કે “મૂલો નાસ્તિ કુત્તઃ શાસ્ત્રા” જે મૂળનું જ છેદન કરવામાં આવે તો પછી કાળાં પાંખડાં શી રીતે રહે ? ત્યારે હવે સર્વ રોગનું મૂળ કયું તેનો વિચાર કરીએ. “સર્વેપામેત્ર રોગાણાં નિવાનં કુપિતામલા” સર્વ રોગનું મૂળ કુપિત મળજ છે. એ મળ શરીરમાં કેવી રીતે સંચય થાય છે ? અને તેને નિવારણ કરવાનો કયો ઉપાય છે ? અયોગ્ય ખાનપાન અને રહેણી કરણીથી આપણા શરીરમાં મળ સચય થાય છે. એ મળ સંચય થવા ન પામે તોજ મનુષ્યજાતને થતા અનેક જાતના વ્યાધિ અટકે.

શરીરમાં બે જાતના મળમંચય થાય છે. એક સૂચળમળ અને બીજો પ્રવાહીમળ. સૂચળમળ આડામાર્ગથી બહાર પડે છે. પ્રવાહીમળમાંથી ૩ ભાગ વરાળરૂપે શ્વસન ક્રિયાદ્વારા શરીરમાંથી બહાર પડે છે. ૩ ભાગનો બાકી રહેલો પ્રવાહી મળ, પેશાબ દ્વારા, પરસેવા રૂપે, શ્લેષ્મ દ્વારા, કફ રૂપે, નાક, કાન, આંખ વગેરેના મળ રૂપે બહાર પડે છે; પરંતુ દરરોજના ખોરાક અને રહેણી કરણીને લીધે મળનું પ્રમાણ ધણું વધતું હોય ને શરીરમાંથી તેનો નિકાસ થતો ન હોય ત્યારે તે શરીરમાં સંચય થવા માંડે છે અને તેનો સંચય બ્યારે ધણો વધે છે ત્યારે રોગોત્પત્તિ થાય છે.

આપણા શરીરમાં ૨૫૦૦૦૦૦ (પચીસ લાખ) અધિઓથી મૃદુ તથા મુંવાળી રહેતી આપણા શરીરની ત્વચા (ચામડી)નો વિચાર કરીએ. આ પચીસ લાખ અધિઓ અસખ્ય સર્પાકાર નલિકાઓ દ્વારા પોતામાં એકઠો કરેલો રસ બહાર રેડે છે. જે એક ચાર ગ્રામમીટરના સૂક્ષ્મ દરેક યંત્રવડે આપણા હાથની હથેળી જેવામાં આવે તો તેમાં દર સેકન્ડર ઇએ ૩૮૦૦ આરીક

હિદ્રો જેવામાં આવે છે. આ હિદ્રો તે પ્રસ્વેદરૂપે શરીરમાંથી મળતે બહાર કાઢી નાંખનાર નલિકાઓ છે. એક માધારણુ માણસના શરીરની આવી પ્રસ્વેદ નલિકાઓને ને એકને છેડે પીછા એમ હારબંધ ગોઠવવામાં આવે તો તેની લંબાઈ ૧૦ માંડલ થાય છે. આ સિવાય એક જાતના તેલને બહાર લાવી ત્વચાને સુંરાળી રાખનાર વળી અસંખ્ય નલિકાઓ હોય છે. ખરી રીતે ચોવીસ કલાકમાં સ્નાયુ કરતાં ત્વચા દ્વારા વધારે પ્રવાહી પદાર્થો શરીરમાંથી બહાર નીકળી શરીરને નીરોગ રાખવામાં મદદ કરે છે. કેટલાંક કુતરાં અને ખીર્મ પ્રાણી ઉપર પ્રયોગ કરીને એ સિદ્ધ કરવામાં આવ્યું છે કે ને એકાદ પ્રાણીના આખા શરીર પરથી વાળ દાખી નાખી પછી ને તેના ઉપર વાર્નિશ ચોપડી દેવામાં આવે કે જેથી તેની આમડીનાં હિદ્રો પુરાઈ જઈ જરા પણ શરીરમાંના કચરો બહાર નીકળી શકે નહિ તો તે રીતે શરીરમાં એકદા થના મળથી તેને ઝેર ચઢી તે થોડા વખતમાં મરણ પામે છે આ ઉપરથી શરીરમાંથી પરસેવા રૂપે બહાર નીકળતાં ઝેરા ને નલિકાનાં મુખોમાંથી બહાર આવે છે તે નિરંતર ખુલ્લાં રહે અને તેમાં ચોખ્ખી હવા આવજવ કરી શકે તે માટે પૂરતી કાળજી રાખવી જોઈએ.

ત્વચા ઉપરનાં હિદ્રો શરીરને સારી પેઠે ચોળીને પુષ્કળ પાણી લઈ સ્નાન કરવાથી ખુલ્લાં થાય છે. ઘર આગળ તેટલું પાણી મળવાને હરકત હોય તો નદી અગર તળાવ કે સરોવર જેવાં જગ્યાશયમાં જઈ સારી પેઠે શરીર ઉપર ખડખડા બીનો રમાવ ધસી સ્નાન કરવું જોઈએ. હડા જગથી સ્નાન કરવામાં અનેક ફાયદા છે. કેટલાક વિદ્વાનોને એવો મત છે કે અઠવાડીઆમાં એક વખત ઉષ્ણોદક (ઉના પાણી)થી ઉપર પ્રમાણે સ્નાન કરવાથી શરીર ઉપરના મળ દૂર થાય છે. વળી આરોગ્યતાના રક્ષણ માટે નિદાન મહીનામાં એક કિંવા બે વખત બાંધસ્નાન (જેને આપણે વરાળનો નાસ કહીએ છીએ તે) લેવાથી શરીરમાંનાં ઝેરા પરસેવાદ્વારા બહાર નીકળી જાય છે, અને આરોગ્યતામાં ફાયદો થાય છે. આવા બાંધસ્નાન પાછળ ઘુરતજ હડા પાણીથી સ્નાન કરી શરીરને કોરા દુવાલથી સારી પેઠે ધસીને સાદ કરવું જોઈએ. સ્નાન કર્યા પછી શરીરને ખડખડા દુવાલથી સારી પેઠે ધસીને કોર કરવાથી અંગમાં ગરમી વધે છે, અને શરીરમાં સ્ફુર્તિ અને બળ આવે છે.

શરીર પર ઘણાં કપડાં પહેરી રાખવાથી શરીરમાં ચોખ્ખી હવાનો પ્રવેશ થઈ શકતો નથી, અને શરીરમાંથી નીકળેલો પરમેવો કપડાંને લાગે છે અને તે ઝેરી પરસેવાવાળાં કપડાં શરીરને લાગવાથી પરસેવામાં નીકળતા મળો પ્રસ્વેદ હિદ્રો પર ચોટવાથી તે હિદ્રો બંધ થઈ જાય છે. સાપ્રતકાળમાં સંખ્યાબંધ લોધાં લુખસ, ખમ, દાદર, ગુમડાં વગેરે અનેક જાતના ત્વચાના મેગેથી પીડાય છે તેનું આ એક ખાસ મુખ્ય કારણ છે. સંખ્યાબંધ સોકો દાદરનાં દર્દથી પીડાય છે. એ દાદર કે ખમની ચર્યાત શરીરનો જે ભાગ કપડામાં નિરંતર દબાયેલો રહે છે અને સ્નાન વખતે તેને સાફ કરવામાં આવતો નથી ત્યાંથી થાય છે. એટલે ઘણે ભાગે અંગના કાતરા કે વળામાંથી જ થાય છે. કારણ આપણા સોકો, એકાંતમાં સ્નાન કરતા નથી, અને ખીજા સોકો બેકા કે ઉભા હોય તે સ્થળે કપડાં પહેરી કરે છે. એટલે કપડાંથી દંડાયવા બાગને ધસીને સ્નાન કરવામાં આવતું નથી તેમજ કેટલીક સ્ત્રીઓ તો સાંઢા કે સાડી પહેરી સ્નાન કરે છે તે પણ લોકલગ્યાથી કપડાની અંદરના શરીરના ભાગને ધસીને સ્નાન કરતી નથી. દાદર માટે અખ્યાબંધ પેટ્ટ દવાઓ નીકળેલી છે, અને તેમાંની ઘણી

દવાઓની મેં દરદી ઉપર અજમાયશ કરી છે. તેથી હું હીંમત સાથે કહી શકું છું કે પ્રસિદ્ધ થતી એક પણ દવા દાદર પર લગાવ્યા પછી તે દાદર ફરી થાયજ નહિ એવી મને તો આજ સુધીમાં એક પણ માણસ પડી નથી. તેમ તેવી દવાનો અવિષ્કારો શોધ થશે એની કશ્વના પણ થતી નથી. એ તો દવા લગાવ્યા પછી દાદર મરી જાય છે અને ફરી પંદર દિવસે મહીને કે છ મહીને કે ખાર મહીને ફરી ત્યાંની ત્યાંજ થાય છે. એટલે “કુકડીતું સુંવાળું ચાલુજ હોય છે.” આવા રોગો દૂર કરવાનો ઉપાય પ્રસ્વેદનો છિદ્રો ખુલ્લાં રાખવાં એજ છે.

અમેરિકાના ખરનાર મેકક્રેડન સેનીટરીયમના સંસ્થાપક તથા હેલ્થ કલેજર માસિકના સપાદક ખરનાર મેકક્રેડન જેઓ દવા વગર અનેક જાતના રોગો કસરત અને વ્યાયામથી મટાડે છે, તેઓએ ખીલ્ડીંગ ઓફ વાઇટલ પાવર (જીવન શક્તિનું પધારણ) એ નામનું પુસ્તક ઇંગ્લેન્ડ ભાષામાં લખેલું છે. જેનું ભાષાન્તર રા. રા. ખેરામજી ખીરેજશા માદને કરેલું છે. તે પુસ્તકના પ્રકરણ ૨૧ માં પાણી વગર સુકા ફ્રીક્શન બાયથી થતા ફાયદા સંબંધે તેઓ પોતાનો અનુભવ લખે છે. તે આ રથને દાખલ કરવો યોગ્ય જણાયાથી તેમ કહ્યું છે:—

સુકા “ફ્રીક્શન બાથ” યાને માત્ર શરીરને ચોળવાની રીત.

આમડીને સુખાકારીમાં રાખવાનો અજબ જેવો ઉપાય—આમડીને તેજ-ચપળ રાખવાની ઘણીજ અગત્ય—ચાલુ માલીશ કાઢેલા ઘોડાનો દેખાવ—સાધારણ માણસની આમડી સુન મારેલી સુકા “ફ્રીક્શન બાથ” કેમ લેવાય એ વિષે.

આત્માર સુધી મેં જે લાંબાણથી કહ્યું છે તે આમડીને સ્વચ્છ રાખી તે ઉપર રહેલાં છિદ્રો છે તેમને તંદુરસ્ત હાલતમાં રાખવાની અગત્ય વિષે હતું પણ હવે હું આ સુકા “ફ્રીક્શન બાથ” એટલે પાણી વગર માત્ર શરીરને ધસવાની રીતો વિષે ખુલાસો કરીશ કે જેથી તે કેમ લેવા અને તેમનાથી મજાતા ફાયદા, દરેક વાંચનાર જાણે.

દશ વરસની વાત ઉપર, આ સુકા બાથ, ખડખડા ટુવાલથી યા એક બ્રશથી કેમ લેવાય છે તે ઉપર મારું ધ્યાન પડેલું ખેંચાયું હતું. શારીરિક ખીલવણી કરવાનો મોરો ધણોક ઉત્સાહ છે એ જોઇને મારી પાસે એક ૭૦ સીતેર વરસનો ઠોસો આવ્યો, અને આ “સુકા બાથ” ના શુભો શું છે તે વિષે કહેવા લાગ્યો. તે દેખાવે તો પચાસ વરસનોજ લાગતો હતો, અને જો કે તેનો ચહેરો તદ્દન ભરેલો અને ગોળ નહતો, છતાં તેનું શરીર દેખાડી આપતું હતું કે તે પુરો તદ્દરેરત હતો. આ ફ્રીક્શન બાથની જે વાત તેણે મને કહી હતી તે અત્યારે મને જેટલી યાદ રહી છે તેટલી, તેનાજ બોલોમાં નીચે પ્રમાણે કહીય. તે બોલ્યો કે—

જ્યારે હું વીસ વરસનો છોકરો હતો, ત્યારે ખડીનાં દરદથી પીડાતો હતો અને તેથી હું મરી જશ એવું મનાતું હતું. મારા ડાહ્યે, સગાઓ અને મિત્રો બોલતા કે હમે ઘણા દીલગીર છીએ, પણ શું કરીએ, તારે માટે કંઈજ આશા નથી. કોઈ પણ ઉપાયો બાકી નથી, સિવાય કે મોત. પણ સારાં બાજે મારી ઇચ્છાશક્તિ જીવવાની હતી, અને જ્યારે તેઓ સમજ્યાં મારે માટે કંઈજ ઉપાય નથી એ માટે એટલાં ચોક્કસ હતાં ત્યારે મેં મનથી વિચાર કીધો કે મારે મરવું નથી, અને તેથી મારા દરદને સાબુ કરનાનો કોઈક ઉપાય શોધવા લાગ્યો. મને કોઈખી ખ્યાલ નહતો કે મારે શું ઉપાય લેવો, પણ કાંઈક ઉપાય શોધી મારી

તખીયતને સુધારવાનો મેં દૃઢ નિશ્ચય કર્યો. શોધતાં શોધતાં, મને વિચાર આવ્યો કે ચામડી, એ શરીરનાં એરો કાઢવાવાળું એક મોટો અવયવ છે. એ ઉપર જેમ જેમ વધુ વિચાર કરતો ગયો-તેમ તેમ એ સત્ય વિષે વધુ ખાતરીપૂર્વક હું થતો ગયો. અને છેવટે, ચામડીની ચપગતા વધારી તેવું કાર્ય વધુ ઝડપી યાવતે માટે કાંઈકરીત પકડવી એવા નિર્ણય ઉપર હું આવ્યો.

એ માટે શું કરવું તે હું બાંધતો નહી, તેથી લગભર ખરખચડા ઉપાય કરવા ઉપર આવ્યો અને એક ઘોડાનું બ્રશ ખરીદ કરી લાવ્યો. યાદ રાખવું કે મારે સાવું થવું એવા મેં નિશ્ચય કર્યો હતો. પેલા બ્રશને ઘેર લઈ જઈ મારી નરમ ચામડીને ધસવાની કેશોપ કરી, શરૂઆતમાં કેમ લાગ્યું હશે તેના તમો સહેજ ખમાલ કરી શકશો. આવું ચમન બ્રશ મારા શરીરને બવલેજ લગાડી શક્યો, પણ આ ઉપાય ઉપર મને બરોસો હતો. દિવસે દિવસે તે બ્રશથી વધુ સખત રીતે શરીર ધસવા લાગ્યો તેથી છેવટે મારી ચામડીને તે સખત બ્રશ ખમવાને આદત પડી, અને તેથી દરરોજ કેટલીક મીનીટ સુધી હું મારા શરીરને એ બ્રશથી ધસતો. પહેલો તો ધીમે ધીમે સુધારો થયો પણ બ્યારે મારી ચામડી સખત થઈ અને વધુ બેશથી ધસવાનું કાર્ય શરૂ થયું ત્યારથી મને વધુ શક્તિ આવતી ગઈ અને થોડાંક મહીનામાં તો તદન સાબે માણસ થઈ ગયો. પેલા ઘોડાના બ્રશથી મેં મારા ક્ષમને દુર દાધો ! !

તે ડોસાએ પોતાના આખા શરીરની ચામડીને દેખાડી તો મેં બેસું કે તે મખ-મલના જેવી નરમ અને સફાઈદાર હતી. સુકા ધર્મચુના મુશુનો આ દાખલો ધણોજ અસરકારક મને લાગ્યો. તેણે એક ધણો કીમતી ધડો મને સીખવ્યો, કે આ એક ખ-હીથી ખવાએલો દદદી હતો, કે જેના ડાકનરોએ અને દોસ્તોએ તું મરણ નક્કી નિયમશે કરી છોડેલો તેણે માત્ર આ એકલા ઉપાયથી પોતાના દરદને મટાડ્યું. જે તમે સાત્ત અને મન-જુત રહેવા માગતાં હો, તો ચામડી સાફ ને સ્વચ્છ બેઠએ એટલું જ નહિ; પણ તે ધણી ચપળ બેઠએ, તમારી ચામડી છવની તેજદાર બેઠએ. ચામડી ખડું બેતાં શ્વાસપ્રત્યાસ લે છે, અને જેમ ફેરમાયો કરે છે, તેમ તે એકસીબન હવાને ચુસી લે છે અને અંદર નાં એરને કાઢી નાખે છે--

આ માટે બે ઘોડા, જેમના એક સારી પેડે રોજ માલીમ થએલો અને બીજો તે વિના રહેલો એ બેને સરખાવો. એક સીધો, મનજુત અને જે ખોરાક ઠીક મળ્યો હશે તો સુખી દેખાશે. બ્યારે બીજો તેવી સંતોષકારક હાલત દર્શાવશે નહિ. લશ્કરના સરદારે આ ઘોડાઓની તાલીમ કરવા માટે ધણુ ચોક્કસ રહે છે, જેઓ દર સવારે તેમજ સાંજે પોણા કલાક ઘોડાઓને માલીમ કરાવે છે. ધણું માણુમોનાં હિંદો કાંઈજ ચપગતા ધરાવતાં હોતાં નથી. તેઓ ધણું બારે કપડાં પહેરે છે, જેથી હવા તેમની સાથે સમાગમમાં આવતી નથી અને ત્યાં લોહીનું ફરવું તેમજ ચામડીનું કાર્ય ખરાબર થઈ શકતું નથી. ચામડી ખડખડી અને જાડી યાવ છે, બણે લાકડાં ધસવાનું સેન્ટ્રેપર હોય તેવી લાગે છે. તે બીની અને લગભગ મુરદાલ થએલી હોય છે, પણ સખૂંજી તનદોરસ્ત ચામડી તો લીસી અને “સાડીન” નાં કપડાંની માફક સુંવાળી હોય છે, અને આવી હાલત મેળવવા માટે ઘટતા ખોરાકની જરૂર છે એટલુંજ નહી, પણ સુકોખાય કોઈ પણ તરેહનો લેવોજ બેઠએ. પુ-રેપુર ચોખ્ખું લોહી એ ઉધાડાં થએલાં અને ચપળ હિંદો ઉપર આધાર રાખે છે. જે તમારી ચામડીની ચપગતા વધારે અને તેમ કરી શરીરમાંથી ધણુંક એરને બહાર કાઢે તો, ધણું ધણું દરોમાંથી તમો બચી જશો.

“ક્રીડસંન્યાથ” કેમ અને ક્યારે લેવો.

આ સુક્રોપાથ સવારના જેવા ઉઠ્યા કે તુરત લેવો એ સહીથી સરસ વળત છે. જો તમે કોઈક કસરત કરતા હો તો તે ક્યાં પછી આ પાથ લેવો, કસરતની આગમ્ય નહીં. એ માટે મેં કેટલાક ચિત્રો બહાર પાડ્યા છે, કે જે જેવાથી જુદી જુદી રીતે દુવાલને લઈ શરીરને કેમ ધસવું તે માલમ પડે-છે. સાધારણ રીતે દરેક જણ વિચારશે કે શરીરને દુવાલ લેઈ ન્યાં ત્યાં ધસી દાઢવું એમાં તે શું મોટું જાણવું છે અને આ ચોક્કસ હદે તો ખરું છે. પણ અત્રે જે રીતો દેખાડી છે તેમ જો આ સુક્રોપાથ લેવાય તો વગર જાણ્યો જેવી રીતે ધસાય તે કરતાં ધણી સરસ ફાયદા મળી શકે છે અને ત્યારે જ તેની સંપૂર્ણ રીત માટે જલદીથી શીખવાનું મન થશે. અત્રે તેનાં ચિત્રો આપવાને બને એવું ન હોવાથી કેટલીક રીતોની વીગત દર્શાવીશ—કારણ કે તે રીતોથી શરીર સારી રીતે ધસાશે એટલું જ નહીં. પણ જુદા જુદા ભાગોને ધસતી વેળા હાથોની મહેનત થઈ તથા ખભાઓના મસલોને એક જગતની કસરત મળશે. ખરું જોતાં આ સુક્રોપાથો મજબૂત રીતે લેનાર માણસ જોશે કે તેને ચોક્કસ હદનો થાક લાગ્યો છે.

પહેલી રીત;—સીધા ઉભા રહી-છાતી આગળ દાઢી-મોટું સામે રાખી, એક બાજુ ખડખડા દુવાલને ગરદનની સહેજ હેઠળ પકડી બેઠે છેડાઓને આગવી ગમ લાવી હાથોએ અંકેક છોડા મજબૂત પકડેલા અને પછી દુવાલને એક બાજુથી બીજી ગમ ખેંચતા હોઈએ તેમ ધસીને ખેંચવો.

તે પછી દુવાલ બરડા ઉપર આડકતરો કરી એક છેડો જમણા ખભા ઉપરથી લેવો, ને બીજો બરડા પરથી લઈ, પેટની ડાખી બાજુએ આણવો અને પછી તે જગોને ઉપર નીચે ખુબ ધમડવી, ત્યારપછી ડાખી બાજુ ઉપર લઈ હાથે ફેરવીને તેમ કરવું.

ત્યારકેડે બગલની હેઠળ, બરડાની પછવાડેથી દુવાલને રાખી બેઠે હાથો છાતી સામે લાવી બરડાને ઉપરથી તે છેક હેઠળ ઉતરી પગના ટેટાં સુધી ધસાયા જવું. ત્યારપછી એક પગની આસપાસજ દુવાલને પકડી, એકત્રેજ ઉપરથી તે હેઠળ સુધી ધસડવો. પાછા ભાગને ધસતી વેળા, હાથ આગળ રાખવા, ને આગલા ભાગને ધમતી વેળા હાથ પછવાડે લેના. એવી એવી જુદી તરેહથી-અંકેક ભાગને ધસી, આખા શરીરને તેજ બનાવવું, ત્યારે તે સુક્રોપાથ લીધેલો કહેવાય.

હવે આ ક્રીડશન પાથ માટે, ગમે તો એક ટરકીશ દુવાલ યા બીજી ખડખડીઆ દુવાલો આવે છે તે વાપરવા-નરમવાળાનાં ઘરો પ્રભુ વપરાઈ શકાય પણ દીલપુસતા કે અગુજા એ શરીરને જેવી કસરત મળે છે તેવી કસરત ઘરો મળી શકતી નથી. આ ક્રીડશન પાથ લઈને તુરતજ ઠંડા પાણીએ નહાવાની બલામણુ કરે છું. જો ઠંડા પાણીએ નહાવાનું ઠીક ન લાગે, તો ઠંડા પાણીમાં દુવાલને બોળીને તેનોથી શરીરને બોળવું અથવા તો ઠંડા પાણીના ટબમાં એક ડુબદી મારી જાડવું—પણ આ સુક્રોપાથ લીધા પછી એવા માણસ જવલેજ હશે કે જેનાથી ઠંડા પાણીએ ન નહવાય, યા જેને નુકશાન થાય—પણ મોટે ભાગે સૌ કોઈ સેહલથી નાહી શકે અને ઠંડા પાણીનો ગુણ મેળવી શકે છે.

ઉપર પ્રમાણે બરનાર મેકેડેન લખે છે. આજ સંબંધમાં ચિત્રમય જગતમાં પણ એક લેખ છે તે ઉપયોગી હોવાથી આવતા અંકમાં દાખલ કરવામાં આવશે. (અપૂર્ણ.)

ધન્વન્તરિ.

SHRI DHANVANTARI.

ધન્વન્તરિ ધૃતકરાતૃતપૂર્ણકુમ્ભં પાતામ્બરં સકલલિદ્ધસુરેન્દ્રવંદ્યમ્ ॥

ચન્દ્રેરિવિદનયનં મણિમાલ્યમાયુર્વેદઃપ્રવર્તકમનુસ્મૃતિરોગનાશમ્ ॥

હાથમાં અમૃતથી ભરેલો કુંભ ધારણ કરી રહેલા, પીળા વસ્ત્ર પરિધાન કરનારા, સર્વ સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, કમળ સરખાં નેત્રવાળા, મણિમાળા પહેરી રહેલા, આયુર્વેદ અટલ વૈદ્યશાસ્ત્રના પ્રવર્તક, અને વળી જમના નામનું સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ માત્ર નાશ પામે છે, એના શ્રી ધન્વન્તરિ ભગવાનને નમન હશે છુ.

Mens sana in corpore sano."

"પહેલું" સુખ તે જાતે નર્થા."

પુસ્તક-૧૦ સું.]

ફેબ્રુઆરી ૧૯૧૭.

[અંક ૨ જો.

Lest We Forget!!

(BY DR MAHADIV PRASAD, E. M E., N. D.)

"Man is a bundle of habits," so said a wise man, and there is much truth in that pithy saying. Because habits, like old ruts or long-trodden tracks, do not allow us to get out of them without a very vehement, steady and strenuous effort, which only a few persons are capable of. Thought by thought, act by act, day after day, as time rolls on, we are, as it were, laying brick upon brick and raising a stupendous structure (habit) that would afford us either shelter, comfort, and peace or perchance imprison us within its grim and ghastly walls. Every thought and deed and emotion is a fine fibre individually & separately appearing as insignificant, but by daily repetition and recurrence getting stronger and stronger and at last tying men down securely as was the case with the great Gulliver amongst the Lilliputans. Thus—

"Our acts our angels are, or good or ill,

Our fatal shadows that walk by us still."

Grave is the responsibility then of forming healthful habits

and of weeding out those that are unwholesome before it is too late. And when we come to consider what habits are to be regarded as wholesome and what unwholesome, we find as a general rule that the wholesome life is the simple life devoid of false pomp, arrogance, artificiality, unreality and deceit. Habits to be healthful, and life to be happy, should be natural, simple and pure. Let us see whether such a life is within the reach of us all or not, provided always that we are in right earnest after it.

The Simple Life.*

People who try to find their highest happiness in what wealth can give them are disappointed.

The millionaire cannot eat any more than the poorest day-labourer without injuring himself, without paying the penalty in suffering.

Rich people are surprised to find how small and few their real wants are, and how frugally and simply they must live in order to maintain health. The moment a man begins to overeat or to go to excess in pleasure of any kind, Nature exacts the penalty.

Great wealth is not so very desirous after all. It often stands in the way of bringing out the highest in man. The temptations of a millionaire's life are enemies to his highest development. It takes a very strong mind to resist the temptation of wealth, to really do that which is the best for man. It is surprising what few and simple things will best serve the highest good of the human being.

The trouble with most of us is that we place a false estimate upon wealth, overrate what it can do for the individual.

Nearly all of the most desirable things in the universe are within the reach of all of us. The sunlight, the air, the beauties of Nature, wholesome, nourishing simple food, and a quiet inviting home, cost but very little.

If we did not emphasize the wrong things, if we spent our earnings for the things that are really worth while, we could get

* The Herald of the Golden Age, April 1915.

much more out of life than we do. Experience and observation have shown that the simplest lives are the happiest.

Great complexity of living is not conducive to happiness or the highest unfoldment of the individual. Let us try to find out how little will make us really happy instead of how much.

Most of us do not fully appreciate or get the full value of what we have ourselves, because our eyes are focussed upon what other people have. We cannot get the full value out of our own while we are thinking how much more others have.

When we realize the fact that we do not have to look outside of ourselves for what we need, that the source of all supply, the divine spring which can quench our thirst, is within ourselves, then we shall not want—for we know that we only have to dig deep into our own nature to touch the Infinite supply.

The trouble with us is that we do not live in touch with the creative Source of things.

A Warning.

It is a matter of much concern and regret that by the base imitation of the West the pristine purity, simplicity and nobility of Aryan Indian life are fast disappearing from amongst us, and there is evidence on all hands of a mad rush after mean luxuries, vain display and unhealthy competition. These serve as fuel to the fire that is consuming the very vitals of our nation—the fire lighted by such evil practices as child-marriages, sexual excesses, continuance of sexual life during pregnancy and after senility has long set in, physically and temperamentally ill-matched marriages, etc., etc., working in conjunction with rank ignorance and disregard of natural hygienic laws. Unless we heed the counsels of clear conscience, of common sense that is not common amongst us, of the wise of all ages, I say, unless we heed these we shall have to face a situation anything but salutary. Dopes and drugs, leeches and lancets, money and mantrams,—nothing in fact will avail to ward off such a catastrophe except an early Obedience and Return to Nature whole-heartedly.

"Oh, it is frightful when a whole Nation, as our Fathers used

to say, has ' forgotten God ', has remembered only Mammon, and what Mammon leads to !

" Nature's Laws, I must repeat, are eternal: her small still voice, speaking from the inmost heart of us, shall not, under terrible penalties, be disregarded. No one man can depart from the truth without damage to himself, no Twenty-seven Millions of men Show me a Nation fallen every-where into this course, so that each expects it, permits it to others and himself, I will show you a Nation travelling with one assent on the broad way. The broad way, however many Banks, Cotton-Mills and Duke's Palaces it may have Not at happy Elysian fields, and everlasting crowns of victory, earned by silent valour, will this Nation arrive; but at precipices, devouring gulfs, if it pause not. Nature has appointed happy fields, victorious laurel-crowns but only to the brave and true *Unnature*, what we call Chaos, holds nothing in it but vacuities, devouring gulfs. What are Twenty-seven Millions, and their unanimity ? Believe them not the Worlds and the Ages, God and Nature and All Men say otherwise.

" ' Rhetoric all this ? ' No, my brother, very singular to say, it is Fact all this Cocker's Arithmetic is not truer. Forgotten in these days, it is old as the foundations of the Universe, and will endure till the Universe cease. It is forgotten now; and the first mention of it puckers thy sweet countenance into a sneer: but it will be brought to mind again,—unless indeed the Law of Gravitation chance to cease, and men find that they *can* walk on vacancy

" Foolish men imagine that because judgment for an evil thing (transgression of natural or divine laws) is delayed, there is no justice, but an accidental one, here below. Judgment for an evil thing is many times delayed some day or two, some century or two, but it is sure as life, it is sure as death ! In the centre of the world whirlwind, verily now as in the oldest days, dwells and speaks a God The great soul of the world is *just*. O brother, can it be needful now, at this late epoch of experience, after eighteen (or rather nineteen) centuries of Christian preaching for one thing, to remind thee of such a fact, which all manner

of Mahometans, old Pagan Romans, Jews, Scythians and heathen Greeks, and indeed more or less all men that God made, have managed at one time to see into; nay which thou thyself, till 'redtape' strangled the inner life of thee, hadst once some inkling of—That there is justice here below, and even, at bottom, there is nothing else but justice! Forget that, thou hast forgotten all Success will never attend thee how can it now? Thou hast the whole Universe against thee. No more success mere sham-success, for a day and days, rising ever higher,—towards its Tarpeian Rock. Alas, how, in thy soft-hung Longacre vehicle, of polished leather to the bodily eye, of redtape philosophy, of expediences, clubroom moralities, Parliamentary majorities, to the mind's eye, thou beautifully rollest but knowest thou whitherward? It is towards the *road's end* Old use and-wont, established methods, habitudes, *once* true and wise, man's noblest tendency, his perseverance, and man's ignoblest, his inertia, whatsoever of noble and ignoble Conservatism there is in man and Nations, strongest always in the strongest man and Nations all this is a road to thee, paved smooth through the abyss,—till all this *end*. Till men's bitter necessities can endure thee no more Till Nature's patience with thee is done; and there is no road or footing any farther, and the abyss yawns sheer! —'*

Quinine and Malaria.

(Reprinted from the February 1916 no of the I. M. Gazette.)

To the Editor of "THE INDIAN MEDICAL GAZETTE."

SIR,—“A definite enquiry by special malariologists appointed to examine the controlled effect of prophylactic quinine in a regiment free from infection and posted to a malarious district would seem to be more than ever an urgent necessity.”

The above is an extract from one of Capt H. Scott's excellent articles on Malaria in the *Indian Medical Gazette* (Feb. 1915) I am glad to see one of this generation of Indian Medical

* Thomas Carlyle in "*Past and Present*"

Service officers thus record his conviction after carefully testing the drug, as I have always insisted, in a malarious country. However, such an experiment is, I fear, outside practical politics—nor indeed should it be necessary.

During my three years' experience (1887-90) of some of the most malarious districts in Upper Burma, no amount of quinine brought down the total of sick in hospital (most of these were agues or remittent fevers) from over 40% to over 80% of the strength, and a number of these stations were abandoned in consequence. As Capt. Stott mildly remarks, "the results are directly opposed to one's preconceived ideas on the subject"—to me it was a profound shock, but it is the truth we seek. When my account of treating the $\frac{1}{4}$ and $\frac{2}{4}$ Gurkhas in Burma without quinine in 1890 reached the late Lord Roberts, the latter cabled me direct for a special report on the subject, which has not yet been answered. From a wide-world experience since retiring, one finds India to remain alone as the stronghold of quinine with its bland and child-like faith in the drug. Recent articles in the journals at Home consider it as an "antiquated" remedy. Koch and others prove its dangers if blackwater fever be present. R. Boyce of Liverpool showed that the plasmodium may become acid-fast and immune to quinine.

If facts and figures ever prove anything, the Report of the Sanitary Commissioner to the Government of India for 1913 settles the question forever. *Vide* pp. 12, 13, 32, 33, 62, *e.g.*, at Baroda the figure of admission for malaria (native troops) reached 634 per mille though "Quinine was given throughout the year." At Peshawar (British troops) 351 per mille and the M. O. notes that "the parasites resisted the effects of cinchonisation."

At Rawalpindi 564 per mille and the M. O. notes that "Quinine was given twice weekly on consecutive days and for four months after discharge, all blood being examined." At Lahore the figures rise to 785 per mille. Colossal.

It is reported that in the malarious irrigation districts that the victims are refusing to take quinine now, alleging that the

drug is the cause of their impotence; an example, no doubt, of native logic, but they "get there" all the same as so often happens

May I go further and suggest, partly *a priori*, that its curative effect in malaria is very slight indeed; I have no prejudice against the drug and use it a great deal in other ways, it is the so-called specific effect that I wish to tilt at, so to speak. In Benares five sub-assistant surgeons pulled long faces when asked to treat malaria without quinine, but now their own cases and charts have convinced them. In England friends from abroad often come to me to get away from the quinine treatment

Personally my own experience in Burma was quite decisive, - having suffered from so many attacks. In this question one is often asked "then what are we to use," and my answer is "what do you do for yellow fever, typhus and small-pox?" Is it not at least amazing that even the malarial hospitals are not treated as centres of infection? Panama has been an object lesson to the world for years, apart from the ordinary mosquito campaign. There both houses and hospitals are covered with a special form of wire netting,—a great improvement on the ordinary one. The anti-mosquito measures I suggest should go *pari passu* with an anti-fly one, as the prevalence of this insect all over India is simply disgusting. It belongs after all to the Sanitary Department.

The *plasmodium* appears to be frequently quiescent in the blood, notably in children. It is impossible to say if this is a tolerance by the individual, or a kind of malarial equilibrium only upset by such exciting causes as chill, worry, fatigue, debauch, and of these the first is the most important. In my article in the *Indian Medical Gazette* in 1890, I noted the relationship between the sudden heavy rainfall in inches and the curve of admission of the cases of hill malaria (5,000 ft.). No doubt these were mostly cases due to chill. A few words on treatment may be useful. During the fever, speaking generally, I give the coal-tar products only at night and then always in combination with each other. During the day time, an alkaline diaphoretic mixt. of sp eth. nitros. with sod. bicarb. After the temperature becomes normal or

nearly so, I would depose quinine from its pedestal and substitute iron. Either the alkaline carbonate with soda bicarb. or ferri et Quin. Citrat. In each case the best tonic effect is obtained by adding small doses of tinct. digitalis. In private practice I add bromide to most prescriptions. Change of climate need not be mentioned, though it is the best of all as a rule.

Locally I find the best prevention against mosquito bites to be of citronella, but when bitten use ordinary carbolic lotion (1-30) to which glycerine $\frac{1}{2}$ oz. in 8 oz. has been added. Massaging the spot with this the irritation soon ceases, and possibly is sufficiently absorbed, if done in time, to destroy the plasmodium. Several months use of this has certainly kept one bungalow free of fever, but *post hoc* is not always *propter hoc*.

BENARES,

Yours etc.

15th October, 1915.

G. C. HALL, CAPT., I. M. S.

શ્રી અને પુરુષ વચ્ચેના યોગ્યાયોગ્ય સંબંધ વિષે મહાત્મા ટૉલસ્ટૉયના વિચારો.

[અનુવાદક :—ડૉક્ટર મહાદેવપ્રસાદ, ઇ. એમ. ઇ., એન. ડી.]

(અનુસંધાન ગતાંકના ૫૯ ૧૫ થી.)

નૈતિક માર્ગનિર્દેશનની એક સામાન્ય અને પ્રથમ રીત તો મહેલાઈથી અને પુરુષો પાળી શકાય તેવા બાલ્યાચારના નિયમો બાંધી આપવાની છે; એટલે કે, ધર્મનીતિને માર્ગ ચાલવા છત્તનારે આટલાં આટલાં વાનાં કરવાં, અને અમુક અમુક ચીજોનો ત્યાગ કરવો એવી સ્પષ્ટ આજ્ઞાઓ આપવી. જેમકે, “ થી કૃશ જન્માશ્રમી, મહાશિવરાત્રિ, રામનવમી, એકાદશી ઇત્યાદિ દિવસે હિંદુઓએ, દર શુક્રવારે મુસલમાન બાઇઓએ, તથા દર રવિવારે ખ્રીસ્તી લોકોએ સામાન્ય રીતે, તેમજ ખાસ બીજા દિવસોએ, ધાર્મિક તહેવાર પાળી અમુક નિયમો પ્રમાણે ચાલવું ”; “ કલ્પવૃંદન આદિ સરકાર (હિંદુઓ માટે) અને સુતત સરકાર (મુસલમાન તથા યાહુદીઓ માટે) બરાબર કરાવો ”; “ ચોરી ન કરો ”; “ દારૂ ન પીઓ ”; “ હિંસા ન કરો ”; “ ગરીબોને દાન આપો ”; “ દરરોજ ત્રણ વા પાંચ વખત સ્નાન કરી ધૃષ્ટરની ઉપાસના કરો ”; “ ધર્મનિવેશાર્થે જળેસરકાર (ખ્રીસ્તીઓનો Baptism) કરાવો ”; “ પ્રભુ જોનનોત્સવ (Holy Communion) બરાબર રીતે ઉજવો ”; ઇત્યાદિ, ઇત્યાદિ.

બુદ્ધધર્મ, ખ્રિસ્તી ધર્મ, યાહુદી ધર્મ, બહિરંગી ખ્રિસ્તી ધર્મ (Ecclesiasticism falsely called Christianity), અને હિંદુસ્તાનના ધણીક મત પંથની બાલાયાર વિશેની આગામી કે દૂરમાનો આવી જાતનાં હોય છે.

બીજી રીત એ છે કે, જનમંડળને સંપૂર્ણતાનું એક એવું સ્વરૂપ બતાવવું કે જેની સર્વાંશે પ્રાપ્તિ તો કોઈ મનુષ્યથી આ લોકમા થઈ શકેજ નહિ: એક કાલ્પનિક, સંપૂર્ણતા યુક્ત આદર્શ (Ideal) કે જેનાથી પોતે કેટલો દૂર છે, કિંવા પોતે તેને પામવાના સત્પથ થઈ કેટલો આડો બળ છે, તેજ દૂરતા મનુષ્ય બોધ શકે, અને યાવજશ્વન તે આદર્શને પામવાના હિતકર પ્રયાસનુંજ બાન તેને રજા કરે; અને નહિ કે એ ચાર બાલાયારના નિયમો પાળ્યા એટલે પોતે પુરો ધાર્મિક છે એવો બ્રાન્તિમૂલક આત્મસંતોષ મેળવી પ્રમાદી બની શકે.

“ यत्कारोपि यदश्रासि यज्जुहोपि ददासि यत् ।

यत्तपस्वसि कौन्तेय तत्कुम्भ मदर्पणम् ॥

ममता भव मङ्गको मद्याजी मां नमस्कुम्भ ।

मामैष्यसि युक्तैवમાत्मानं मत्પરાयणः ॥

(ભાવાર્થ:—“હે કૌન્તેય ! તું જે કંઈ કરે છે—જે બક્ષણ કરે છે, જે કંઈ હોમે છે, જે જે દાન કરે છે, અને જે જે તપ કરે છે—તે તે સર્વ મને અર્પણ કર. તારૂં મન મારામાંજ લગાડી દે, મારેજ ભક્ત બન, મારૂંજ યજન કર, અને મૂનેજ નમસ્કાર કર. આ રીતે મારામાં ચિત્તને સ્થિર કરી મત્પરાયણ—મનેજ પરમ પ્રાપ્ત્ય સમજનારો—થશે એટલે તું મને-પરમેશ્વરને આવી મળશે.” ભગવદ્ગીતા અધ્યાય ૯, શ્લોક ૨૭ અને ૩૪.

“ Love God with all thy heart, and with all thy soul, and with all thy mind, and thy neighbour as thyself Be ye perfect, as your father in Heaven is perfect (ભાવાર્થ: પરમાત્મા ઉપર હૃદયના પૂર્ણ લાવથી પ્રેમ રાખ, પરમાત્માને અવ્યભિચારિણી ભક્તિ વડે બળ, તારા મનને સંપૂર્ણ-રીતે પરમાત્મામાં સંલગ્ન કર, અને આત્મવત્ત સર્વ મૂતેણુ એ આત્મ વચ્ચેનાનુસાર મનુષ્ય માત્ર પર પોતાના પિઠ જેટલોજ પ્રેમ રાખ. તારા સ્વર્ગીય પિતા શ્રી પરમાત્માના જેટલાજ પ્રણીતવને તું પ્રાપ્ત કર.”) બાઇબલ. માર્ક પ્રકરણ ૧૨, શ્લોક ૩૦-૩૧ અને માત્થ્ય પ્રકરણ ૫, શ્લોક ૪૮. વગેરે.

શ્રીકૃષ્ણ-કોઈરૂઠ ભગવાનનો ઉપર પ્રમાણે ધર્મનીતિના સારરૂપ, ઉત્કૃષ્ટ આદર્શ તરીકે મોનશયસ્તુ સમક્ષ અહર્નિશ પ્રત્યેક મનુષ્યે રાખવા લાયક, ઉપદેશ છે.

બહિરંગ ધર્મોપદેશ (Eroteric religious teaching) ની સિદ્ધિ વા નિષ્પત્તિની કસોટી કે નિશાની માન્યતા અને આચારની એકતા હોવામાં સમાયલી છે; અને તેવી એકતા પોતાના જીવનમાં ઉતારવાનું બની શકે તેમ છે.

પરંતુ શ્રીકૃષ્ણ-કોઈરૂઠ નિર્દેશિત આંતરંગ ધાર્મિક આદર્શની સિદ્ધિ-નિષ્પત્તિની કસોટી તો એટલીજ છે કે પૂર્ણત્વને પામવામા આપણે કેટલા નિષ્કળ નિવડ્યા છીએ તેનુંજ આપણને અહર્નિશ બાન રજા કરે. (આપણો આદર્શ એટલો તો બધો દુર્બલ હોવાનો કે તેની સરખામણીમાં આપણો આચાર અને આપણું એકંદર જીવન આપણને હમેશાં અતિ દુઃખ

ભાસ્વા કરવાનું; અર્થાત આપણા આદર્શની કેટલા નજીક આપણે ગયા તે આપણે જોઈ શકવાના નહિ; ફક્ત તે આદર્શથી આપણે કેટલા બધા દુર અગર આડા માર્ગે છીએ તેજ આપણા દીકામાં આવે છે. જેમ લાખો કરોડો ગાઉ ઉંચે રહેલા કોઈ સૂર્ય તરફ મનુષ્ય ચાલવા લાગે તો તેની જીંદગી પુરી થવા આવે ત્યાં સુધીએ પ્રમાણમાં તે એટલું બધું યોગ્ય આગળ વધી શક્યો હશે કે જેથી પોતે તે દિવ્ય પ્રભાની નજીક અગાઉ કરતાં તે કેટલો વધારે ગયો છે તે તેના દીકામાં બાળ્યેજ આવશે, પણ પોતે તેનાથી કેટલો બધો હજી દુર છે તેતા તેને હમેશાં જણાવ્યાજ કરશે. ઉપર કહેલા અંતરંગ ધાર્મિક આદર્શ Esoteric religious ideal વિશે પણ તેમજ સમજવું.)

બાહ્યાચાર કે બહિરંગ ધર્મ પાળનાર માણસ એક થાંભલે જડેલા જ્ઞાનસના પ્રકાશમાં ઉભેલા મનુષ્ય જેવો છે. પોતાના તે જ્ઞાનસના પ્રકાશમાં તેને ઉભા રહેવાનું મળ્યું છે; તેની આસપાસ પ્રકાશ પથરાઈ રહ્યો છે, પરંતુ તે પ્રકાશ તેને કોઈ દૂરના ઉચ્ચતર ગંતવ્યસ્થાન પ્રતિ દોરી જતો નથી, પ્રગતિ કે ઉન્નતિને માટે અવકાશ તેને માટે નથી. પરંતુ શ્રીકૃષ્ણ-ક્રાંત્યુત્પત્તિ ઉપદેશ અંતરંગ ધાર્મિક આદર્શને અનુસરનાર તો જેની; આગળ ને આગળ જ્ઞાનસ ચાલતું જતું હોય તેવા મનુષ્યના જેવો છે; પ્રકાશ-જ્યોતિ તે હમેશાં તેનાથી આગળજ રહ્યા કરી પોતાની પાછળ પાછળ ચાલ્યાજ કરવાને તે મનુષ્યને આકર્ષે-લક્ષ્યાવે છે, અને જાને: જાને: સતત નવાં નવાં દ્રવ્યો તેના દ્રષ્ટિપથમાં ખડાં કરી અધિક વેગે આગળ વધવાને તેને ઉત્સાહિત કરે છે.

પયગંબર ઇશુ ખ્રીસ્તના વખતમાં બહિરંગ ધર્મમાંજ સંતોષ માનનારા “ ફેરિસી ” Pharisee લોકો અને અન્ય જગભગતો પોતાને સંપૂર્ણ ધાર્મિક અને નિષ્પાપ, માનતા હતા. દારણ કે તેમને ઉપદેશાયત્રી ધણીખરી ધર્મીઓ સહજ પરિશ્રમે આચારમાં આણી શકાય તેવી હતી. આવા લોકોમાંનો એક બહુ ધનાઢ્ય મનુષ્ય ક્રાંત્યુત્પત્તિ ભગવાનની પાસે ગયાની વાત બાઈબલમાં વર્ણવેલી છે. આ તવંગર માણસે કહ્યું કે, “ હે મહાત્મન! ધર્મની સર્વ આજ્ઞાઓને યથાસ્થિત રીતે હું છેક બાહ્યાવસ્થાથી પાળતો આવ્યો છું, તેથી હવે મારે શું કરવાનું બાકી છે તે મને સમજતું નથી. ” બિચારા આ મનુષ્યની, અને તેના જેવાજ બાહ્યાચારી-બહિરંગ ધર્મ માનનારા અન્ય લોકોની, આવી દશા હોય તેમાં કોઈ નવાઈ નથી. તેમની માનસિક દ્રષ્ટિ સામે રહી જીવન પર્યંત પોતાના તરફ તેમને આકર્ષ્યા કરે તેવા કોઈ ઉચ્ચતમ આદર્શ તેમને પ્રયોધાયલો નહોતો. પોતાના ઉત્પત્તિ દર્શાવે તેઓએ ધર્મોદ્ધારમાં નિયમીત રીતે આંખો હાંપી હતો; મૃત અને તહેવારો તેમણે યથાવિધિ પાળ્યાં હતાં; વડિયાની સેવા સાચવી હતી; બ્યબિચાર, ચોરી અને ખૂન તેમણે કર્યા નહોતાં. ત્યારે પછી કરવાનું બાકી શું રહ્યું?

અંતરંગ ધાર્મિક આદર્શને અનુસરનાર તો પૂર્ણતરફ એક પગથીયું આગળ વધે છે કે તરતજ બીજું પગથીયું ચઢવાની ફરજ તેના પર આવી પડે છે, અને ત્યાં પહોંચ્યા પછી જીંદગીએ ઉચ્ચતર સોપાનો તેની સમક્ષ પ્રકાશિત થાય છે, — અને આમ ને આમ અમર્યાદિત-પણે તે આગળ ને આગળ વધ્યો જાય છે.

શ્રીકૃષ્ણ-ક્રાંત્યુત્પત્તિ ઉપદેશોદ્ધાર ખરો અંતરંગ (ચોગ) ધર્મ અંગીકાર કરનાર તો મોક્ષ માર્ગનો ખરો મુખ્ય બની રહે છે. પોતાની અપૂર્ણતાઓ, પોતાના દોષોજ, તેની નજર આગળ

હમેશા રહ્યા કરે છે, જેથી પોતે કેટલો આગળ વધ્યો છે તેનો હિસાબ કાઢવા પોતે વટાવેલા માર્ગ તરફ ભૂતકાળમાં નજર નાખવાની તેને નસરાશ કે ઇચ્છાજન હોતી નથી, પરંતુ પૂર્ણ-ત્વના પોતાના આદર્શથી હજી કેટલે જાણે દૂર છે એ વાતજ તેના મનમાં ખાડવા કરે છે, અને તેથી પોતાના ખરા સુમુહુત્વના માર્ગેજ અહિંનિશ તે આગળ ધસ્યો જાય છે.

ધર્મના બહિરંગ અને અંતરંગ સ્વરૂપ વચ્ચેના આવો મોટામાં મોટો તફાવત (Difference between the exoteric and esoteric forms of religion) છે. આ તફાવત કાંઈ માન્યતાઓ કે હક્ક-દાવા (Claims) નો નથી, પરંતુ સુમુહુત્વ-ગિણ્યને ધર્મ-નીતિને માર્ગ દોરવાની બે ભિન્ન રીતિઓનો છે.

ક્રાઈસ્ટ અને અન્ય ખરા ધર્મસંસ્થાપકો જીવન સંબંધી બાબતોમાં ખાંધતા નહોતા. તેઓ નવી રૂઢિઓ, લગનાદિ પ્રથાઓ પાડી ગયા નથી. પરંતુ બાહ્યાચાર અને બહિરંગ ધર્મ-નેજ ટેવાઈ ગયેલા, અને પોતાનું જીવન અને વર્તન ધાર્મિક છે એવી પોતાના અને દુનિયાના મનને ખાતરી કરી આપવાને આતુર એના, તથા મહાન ધર્મસંસ્થાપકોથી ઉપરશાયણ અંતરંગ ધર્મતત્ત્વને નહિ સમજનારા લોકોએ તે અનતારી પુરોનાં શબ્દોનાં ખોખાને આધારે, પરંતુ તે શબ્દોના ખરા ઉદ્દેશથી ઉલટી રીતે, બાહ્યાચાર અને બહિરંગ ધર્મના કોપણ-કાનૂન અને નિયમો ધડી કઢાડ્યા છે, અને તેવા બાહ્યાચારના કુદ્ર કે નજીવા બેરા ઉભા કરીને અવગ અલગ મત-પંથ-સંપ્રદાયોના વાડા બાધી દોડ્યા છે. ખ્રીસ્તી લોકો જેને Church doctrine “ચર્ચ ડૉક્ટ્રીન” કહે છે તેની પણ આવીજ સ્થિતિ છે. આવા “ચર્ચ ડૉક્ટ્રીન” અને મત-પંથોના બાહ્યાચારે ખરા મૂળ અંતરંગ ધર્મતત્ત્વનું સ્થાન અયોગ્ય રીતે ઊંચી લીધું છે. સમાજશાસન, રાજ્યવ્યવસ્થા અને કાયદા, સુદ્ધ-વિચાર, ધર્મશાસન, ઇશ્વરોપાસન, લગ્ન ઇત્યાદિ માનવ જીવનનાં સર્વ અંગોમાં ખરા ધાર્મિક આદર્શને સ્થાને “ચર્ચ ડૉક્ટ્રીન” અને સાંપ્રદાયિક બાહ્યાચારો ધુસી ગયા છે. ભગવાન યુદ્ધ અને ક્રાઈસ્ટ ઇત્યાદિ મહાન અવ-તારી પુરો અને પ્રવર્તકો લગનની પ્રથા ચલાવનાર કે સ્થાપનાર નહોતા, એટલુંજ નહિ પણ તેમનાં કેટલાંક વચનોનો દુખીતો અર્થ કરીએ તો નૈઘિક એકાંત નિર્મલ બ્રહ્મચર્યનાં વિરોધી લગ્ન અને તંજાન્ય વિષય સંબોગની તો તેઓ ખાસ વિરૂદ્ધ હતા એમ જણાય છે. તેમનાં પોતાનાં જીવન પણ આ વાતનો સમગ્ર પુરાવો આપે છે. બાબ્બકર ભગવાન શંકરાચાર્ય, પેગબર ઈશુ ખ્રીસ્ત, વર્તમાન સાધુ શિરોમણિ વેનન્ટકેસરી સ્વામી વિવેકાનંદ, મહર્ષિ સ્વામી હમાનદ્દી પ્રભૂતિએ જીવન પર્યંત, પૂર્ણ નૈઘિક બ્રહ્મચર્યવાળું જીવનજ ગાળવાનું પર્મદ કરી તેના દાખલો બેસાડ્યો હતો તે જગમહેર વાત છે. “Leave thy wife and follow me તારી શ્રી અને સાંસારિક જીવનનો ત્યાગ કરી મારે માર્ગે ચાલ.” એવા ક્રાઈસ્ટનાં વચનો બાઈબલમાં ઘણેક સ્થળે છે. યુદ્ધ ભગવાન તથા વર્તમાન કાળના પરમહંસ શ્રી રામકૃષ્ણ (સ્વામી વિવેકાનંદના ગુરુદેવ) નો પણ તેવોજ ઉપદેશ નોંધાયેલો છે. છતાં બાહ્યાચારી બહિરંગ મંદિરો અને “ચર્ચ ડૉક્ટ્રીન” (Church doctrines, self-styled Christianity) એમણે લખેને ધર્મ બનાવી દીધા છે. એટલે કે, અમુક પ્રકારની નિશ્ચિન બહિર પરિસ્થિતિ વચ્ચે અને આમાજિક ગોઠવણ પ્રમાણે નિયમયોગ ભોગવવામાં આવે, અને સ્થૂળ પ્રેમને વશ પર્નવામા આવે, તો પણ “લગ્ન” તરિકે તે ગણનાથી તે તદ્દન વાજમી અને “ધાર્મિક” વર્તનજ ગણાવું જોઈએ એમ તેઓનું કહેવું છે. ખોટી વાતને મારી કરાવવા

—મનાવવાનો તેમનો આ પ્રયત્ન કેટલો ગેરવાજબી છે તે આપણે આગળ ઉપર જોઈશું. પરંતુ આવી નાપાયદાર વાતો પ્રજામાં પ્રસરવાથી યુરોપ અમેરિકાની હાલમાં કેવી સામાજિક અને નૈતિક સ્થિતિ થઈ પડી છે તે મહાત્મા ક્રેકન્ટ દોલસ્ટોપનાજ શબ્દોમાં આપણે સાંભળીએ.

ખરા ખ્રીસ્તીધર્મમાં લગ્નની પ્રથાને મુદ્દલ સ્થાનજ મળેલું નહિ હોવા છતાં એવું બન્યું છે કે, મનુષ્યોએ એક કિનારા તરફને જોખમી સમુદ્રમાં ઝોકાવ્યું છે અને બીજે કિનારે પહોંચી શક્યા નથી તેથી ત્રિશંકુરામના જેવી અતોષ્ટ તતોષ્ટ દશ તેમની થઈ છે: કારણ કે ખરા ખ્રીસ્તી ધર્મને અને લગ્નને કંઈ લેવા દેવા નથી એમ લાગવાથી પાદરીઓ જે ધાર્મિક બંધનનું સ્વરૂપ લગ્નને આપે છે તેમાં વર્તમાનકાળનો જનસમુદ્ધ શ્રદ્ધા રાખી શકતો નથી. સુધરેલાં સ્ત્રીપુરુષો હવે લગ્નને માત્ર સામાજિક ગોઠવણ કે દિવાની કરાર (સિવિલ કોન્ટ્રાક્ટ) ગણતાં થયાં છે. સ્વચ્છંદી વિષયભોગ ઉપરથી લગ્નનું અંકુશ કે બંધન આ રીતે ઢીલું પડી ગયું છે, અને ક્રેકન્ટ પ્રબોધેલ એકાંત નૈષ્ઠિક બ્રહ્મચર્યનો આદર્શ (The ideal of absolute chastity or celibacy) તો હજી તેમના સમજવામાં આવ્યો નથી તેથી સ્ત્રીઓ અને પુરુષોએ એક બીજા સાથે કેવો સંબંધ ગમવો તે વિષે ઘણોજ ગુચવાડો પશ્ચિમની પ્રજાઓમાં ઉભો થયો છે. એથી ઉલટું, સ્ત્રીપુરુષના સંબંધ વિષે ઉત્તરતા દરજ્જાના ધોરણ કે ધડાને સ્ત્રીકારનારા ચાહુદી, મુસલમાન, લામાપથી (બૌદ્ધ) સમ્રાટ, ઇત્યાદિ લોકોને તેમના બહિરંગ ધર્મસ્વરૂપને આધારે લગ્ન સંબંધી સ્પષ્ટ નિયમો અને આચાર્યો મળેલી છે, અને તેથી તેઓમાં કુટુંબનું બંધારણ અને તરવ તથા પતિવ્રતનીની પરસ્પર પ્રમાણિકતા (પતિવ્રત કે પત્નીવ્રતની પવિત્રતા) Conjugal fidelity કહેવાતા ખ્રીસ્તી લોકોની સરખામણીમાં અતિશય વધારે દ્રઢ અને સારાં છે. ચાહુદી, મુસલમાન ઇત્યાદિ લોકોમાં તો પરણ્યા વગર કેટલી સ્ત્રીઓને કેવી શરતોએ ‘રાખ’ તરીકે રાખી શકાય, એક પુરુષ કેટલી સ્ત્રીઓ કેવી શરતોએ પરણી શકે, અગર તો એક સ્ત્રી એકી વખતે કેટલા પુરુષો સાથે લગ્નને નાતો રાખી શકે, એ બાબતની વ્યવસ્થિત રૂઢિઓ સ્થાપિત થયેલી છે; જેનાથી સ્વચ્છંદ વિષયભોગ વિલાસ ઉપર કંઈક અંશે પણ અંકુશ રહે છે. પરંતુ આપણી નામની ખ્રીસ્તી પાશ્ચાત્ય પ્રજાઓમાં તો કેવળ નિરંકુશ લંપટતા કે વ્યભિચાર, એકી વખતે અનેક સ્ત્રીઓ સાથે એક પુરુષનો અપવિત્ર સંબંધ, તેમજ એક સ્ત્રીના અનેક પુરુષો સાથેનો સમઠાલિન નિંદ્ય નાતો એવા કમકમાટી ઉપગમવાગ દુરાચારો એક પત્નીવ્રતના માત્ર બહાર દેખાડવાના રિવાજ પાછળ દંકાઈ રહેલા છે. “Among us (so-called Christian Nations) wholesale dissoluteness, concubinage, polygamy and polyandry exist, subject to no limits, and concealed under the appearance of monogamy.”—Count Leo Tolstoy.

બહારના દેખાવ અને વાસ્તવિક સ્થિતિ વચ્ચે આટલો તફાવત હોવાનું કારણ એ છે કે, પૈસાની ખાતર પાદરીઓ ભેગાં રહેવા માગતાં સ્ત્રીપુરુષો માટે લગ્નની નામ માત્રની ધાર્મિક ક્રિયાઓ હજી કયું જાણ છે, જેને લીધે આપણે ભોળપણમાં કે દાંભિકરીતે એમ ધાર્યા કરીએ છીએ કે આપણી પાશ્ચાત્ય “ખ્રીસ્તી” પ્રજાઓ સર્વે એક પત્નીવ્રતધારી છે.

(અપૂર્ણ).

મૂળ માસિક માંદગી સંબંધી માહેતી પત્ર.

(લેખક પી. પી. શર્મા.)

કન્યા જ્યારે પહેલ વહેલી સ્ત્રીધર્મમાં આવે છે ત્યારે ધ્યાન રાખવાની જરૂર હોય છે કે તેણી કયા માસમાં ? કય તિથિએ ? કયા વારે ? કયા નક્ષત્રે ? કયા કરણે ? કયા યોગે ? કય રાશિએ ? કય હોરાએ ? કયા લગ્નમાં ? કયા ગ્રહોમાં ? કયા સમયમાં ? અને કેવા રંગનાં પહેરેલ વસ્ત્ર વખતે ? પ્રથમ અમકાષ્ટ-દત્તી. તે જોવા ને જાણવાથી તેણીના મુખ દુઃખનું ભવિષ્ય જ્યોતિષ નિયમાનુસાર જાહેરમાં આવી શકે છે, અને એટલાજ માટે એ જાણત અત્ર પ્રકટ કરવાથી દરેક ગૃહસ્થાશ્રમીને ઉપયોગી થાય એમ જાણી શ્લોક સાથે રજુ કરું છું કે:—

(મહિનાઓના કૃળ)

આર્તને પ્રથમે ચૈત્ર વૈધવ્ય જાયતે દુનમ્ ॥

વૈશાખે ધનશુદ્ધિઃ સ્થાનજ્યેષ્ઠે રોગાન્વિતા ભવેત્ ॥ ૧ ॥

આષાઢે મૃતવત્સાય શ્રાવણે ધન સંયુતા ॥

ભાદ્રેય દુર્ભાગા નારી આશિને ધન ધાન્યરાક્ષ ॥ ૨ ॥

કાર્તિકે નિર્ધનતા નારી માર્ગશિર્વે બહુપ્રજા ॥

પૌષ્યે પુત્રસલી નારી માથે પુત્રવતી ભવેત્ ॥ ૩ ॥

શ્રાશ્વને પુત્રસ પત્તા ભવેત્ માસ ફલં યુધેઃ ॥ ૪ ॥

જો ચૈત્રમાં પ્રથમ-ઋતુશૈન થાય તો વિધવાપણું પામે, વૈશાખમાં ધનશુદ્ધિ, જ્યેષ્ઠમાં રોગયુક્ત, આષાઢમાં મૃત્યુ, શ્રાવણમાં લક્ષ્મી, ભાદ્રવામાં દારિદ્ર્યતા, અને આશોજમાં ધન ધાન્ય પ્રાપ્તિ, કાર્તિકમાં નિર્ધનતા, માર્ગશરમાં બહુ સંતતિ, પૌષ્યમાં બ્યભિચારિણી, માઢમાં પુત્રવતી, અને શગણમાં પણ પુત્રશાલિની થાય છે. ૧-૪

(તિથિઓના કૃળ.)

શુચિનારી પ્રતિપદિ દ્વિતીયાયાંતુ દુઃખિની ॥

તૃતીયાયાં પુત્રવતી ચતુર્થી વિધવા ભવેત્ ॥ ૧ ॥

પચમ્યાં ચૈત્ર સુખગા પચ્ચ કાર્યવિનાશિની ॥

સપ્તમ્યાં સુપ્રજનારી આષ્ટમ્યાં રાક્ષસી તથા ॥ ૨ ॥

નવમ્યાં વિધવા નારી દશમ્યાં સૌખ્યભોગિની ॥

એકાદસ્યા શુચિનારી દ્વાદસ્યાં મરણં ધ્રુવમ્ ॥ ૩ ॥

ત્રયોદસ્યા શુભા પ્રાકતા ચતુર્દસ્યાં પરાન્વિતા ॥

પૂર્ણમાસ્યામમાયાય શુભયાશુભયે તત ॥ ૪ ॥

જો પડવાને ત્રિવ્રમ પહેલજેવી અમકાષ તો સાફ, બીજે દુખણી, ત્રીજે પુત્રવતી, ચોથે વિધવા, પાંચમે સૌભાગ્યવતી, છઠ્ઠે કાર્યવાનિકારી, સાતમે કિતમ સંતતિવત, આઠમે રાક્ષસણી, નવમે વિધવા, દશમે સૌભાગ્યભોગવનારી, ઇચારસે સાફ, બારસે મરણ, તેરસે સાફ, ચૌદસે બ્યભિચારિણી, અને પૂનમે સાફ થાય છે તથા અમાવાસ્યા અશુભકારક છે.

(અહણુ અને સંકાંતિ ડળ.)

સંકાંતાં અહણુ એવ વૈરિણા ચ ગરાલકા ॥

સંકાંતિ કાળમાંએસતી વખતે જો પહેલી વખતજ અમકાય તો વૈરિણી અને અહણુ વખતે અમકાય તો વિધવા થાય છે.

(વારોહુ ડળ.)

આદિત્યે વિધવા નારી સોમે એવ મૃત પ્રજા ॥

મંગલે આત્મઘાતીરયા ખુબે કન્યા પ્રસાદ સ્મૃતા ॥ ૧ ॥

ગુરુવારે સુતપ્રાપ્તિ કન્યાપુત્રયુતા ભૃગૌ ॥

મદ્ય પુસ્કલી નારી જ્યે વારફલ શુભમ્ ॥ ૨ ॥

જો પહેલપહેલી રવિવારે છોટે એસે તો વિધવા થાય, સોમવારે ખુબેલી પ્રજાવાળી, મંગળવારે આત્મઘાત કરનારી, ખુધવારે કન્યાની સંતતિવાળી, ગુરુવારે પુત્ર પ્રસૂતિવાળી, શુક્રવારે કન્યા અને પુત્રવતી અને શનિવારે બિચારિણી થાય. ૧-૨

(નક્ષત્રોહુ ડળ)

અશ્વિન્યાં સુભગા નારી ભરણ્યાં વિધવા ભવેત્ ॥

કૃત્તિકાયાં ચ વંધ્યાસ્યા ટ્રોહિણ્યાં ચાર્ ભાષિણી ॥ ૧ ॥

મૃગે દારિદ્ર્ય યુક્તોક્તા ચાર્દ્રાયાં ક્રોધ કારિણી ॥

પુનર્વસૌ પુત્રવતી પુષ્યે પુત્ર વિનેશ્વરી ॥ ૨ ॥

આશ્લેષાયાં ભવેદ્ધ્યા મધ્યામાં ચાર્થ સયુતા ॥

પૂર્વામાં ચાર્થ યુક્તારિ ચોત્તરામાં સતી તથા ॥ ૩ ॥

હસ્તે પુત્ર ધનેયુક્તા ચિત્રાયા મનુચારિણી ॥

સ્વાત્યન્યગર્ભા વયવા વિશાખાયાં તુ નિષ્કુરા ॥ ૪ ॥

મૈત્રેય દુર્ભગા નારી જ્યેષ્ઠામાં વિધવા ભવેત્ ॥

મૃગે પતિવ્રતા સાધ્વી પૂર્વા સૌભાગ્યોગિની ॥ ૫ ॥

ઉત્તરાર્ધવતી પ્રોક્તા શ્રવણે સૌભાગ્ય સંપદઃ ॥

ધનિષ્ઠામાં શુભા નારી શતે ભદ્રાન્વિતા ખુબે ॥ ૬ ॥

પમે ચોક્તા કામિનિતુ ઉમે લક્ષ્મી યુતા શુભા ॥

રેવત્યા પતિરિક્તાતુ જ્યેષ્ઠા બાનાં ફલ ખુબે ॥ ૭ ॥

જો અશ્વિની નક્ષત્રે પ્રથમ રજેદશન થયું હોય તો સાફ, ભરણીમાં વિધવાપણું, કૃતિકામાં વંધ્યાપણું, રોહિણીમાં પ્રિય બોલવાપણું, મૃગશિરામાં દરિદ્રીપણું, આર્દ્રામાં ક્રોધીપણું, પુનર્વસુમાં પુત્રવતી, પુષ્યમાં પુત્ર અને ધનવતી, આશ્લેષામાં વાંઝણી, મધ્યામાં ધનવતી, પૂર્વામાં અર્થવતી, ઉત્તરામાં પતિવ્રતા, હસ્તમાં પુત્રવતી, ચિત્રામાં દાસીપણું, સ્વાતીમાં અન્ય ગર્ભવતી, વિશાખામાં નિષ્કુરપણું, અનુરાધામાં દુર્ભાગિની, જ્યેષ્ઠામાં વેધવ્ય, મૂલમાં પતિવ્રતા, પૂર્વાષાઢામાં સૌભાગ્યવતી, ધનિષ્ઠામાં સાફ, શતભિષામાં પણ શ્રેષ્ઠ, પૂર્વા બાદ્રપદમાં ઉત્તમ ભોગવતી, ઉત્તરા બાદ્રપદમાં લક્ષ્મીવતી અને રેવતીમાં પતિરહિતપણું પ્રાપ્ત થાય છે. ૧-૭

(યોગોત્ કૃષ્ણ.)

આદર્શ વિધવા નારી વિષ્ણુભેય રજસ્વલા ॥
 સ્નેહઃ પ્રીત્યાતુ દપત્યો રાયુષ્માસ્તુ ધનપ્રદઃ ॥ ૧ ॥
 મૌભાગ્યે પુન્યુન્મતા તુ શોભતે મગલાન્વિતા ॥
 અતિગટે તુ વિધવા, સુકર્મોચ્ચિત્તુ શોભતા ॥ ૨ ॥
 ધૃતી સપતિ યુક્તાય શ્વે રોગ યુતા ભવેત્ ॥
 ગટે દુઃખાન્વિતા નારી વૃદ્ધા પુત્રાન્વિતા ભવેત્ ॥ ૩ ॥
 દ્રુવેતુ શોભના નારી વ્યાધાતે ભર્તૃધાતિની ॥
 હર્ષણે હર્ષયુક્તાતુ વજ્રે વૈવાન પત્યતા ॥ ૪ ॥
 સિદ્ધા પુત્રાન્વિતા નારી વ્યતિપાતે વિભર્તૃકા ॥
 મૃતવત્માય વર્માન્ને પરિધે આરૂપ જીવની ॥ ૫ ॥
 શિવે પુત્રવતી નારી સિદ્ધે શિશ્ન દલાન્વિતા ॥
 સાધ્યે ધર્મપરા નારી શુભે શુભ ગુણાન્વિતા ॥ ૬ ॥
 શુકલે શુભકરા નારી અક્ષણિ સ્વપતૌ રતા ॥
 એદ્રે દેવરક્તાય વૈધવ્ય વૈધૃતૌ સ્મૃતમ્ ॥ ૭ ॥

જો વિષ્ણુભ યોગમાં પ્રથમ ઋતુધર્મ પામી હોય તો વિધવા, પ્રીતિમાં પતિસ્નેહયુક્ત આયુષ્માનમાં ધનપ્રાપ્તિ, સૌભાગ્યમાં પુત્રવતી, શોભતમાં મગલદાયક, અતિગડમાં વિધવા, સુકર્મમાં સાર, ધૃતિમાં સપત્તિયુક્ત, શ્વભમાં રોગિણી, ગડમાં દુઃખગ્રસ્ત, વૃદ્ધિમાં પુત્રયુક્ત, દ્રુવમાં માર, વ્યાધાતમાં પતિધાત કરનારી, હર્ષણમાં હર્ષયુક્ત, વજ્રમાં વધ્યા, સિદ્ધિમાં પુત્રવતી, વ્યતિપાતમાં પતિરહિતપણુ, વરિયાળમાં મૃતપુત્રા, પરિધમાં અરૂપ જીવનવાળી, શવમાં પુત્રવતી, સિદ્ધિમાં શિશ્ન દલયુક્ત, સાધ્યમાં અધર્મવતી, શુભમાં શુભગુણયુક્ત, શુકલમાં શુભ કર્તા, અક્ષામાં નિજપતિ રક્તા, એદ્રમાં દેવસ્થી રક્ત રહેનાર, અને વૈધૃતમાં વિધવાપણુ પ્રાપ્ત થાય છે ૧-૭

(કરણોત્ કૃષ્ણ.)

બળે મોકતા તુ વધ્યા સ્ત્રી બાલવે પુત્ર સપ્દ, ॥
 કાલે પુશ્વલી નારી તૈતિલે આરૂ બાણિણી, ॥ ૧ ॥
 ગરે ચ શુશ્પન્ના વણિજે પુત્રિણી સ્મૃતા ॥ ૨ ॥
 વિધ્યા ચ મૃતવત્સાય શકુનો કામ પીડિતા ॥ ૩ ॥
 ચતુષ્પદે શુભા નારી નાગે પુત્રવતી ભવેત્ ॥
 કિસ્તુધ્ને વ્યભિચારી તુ કરજાના મિદ દલમ્ ॥ ૪ ॥

જો બળ કરણમાં પ્રથમજ ઋતુવતી અધ હોય તો તે વાઝણી, બાલવમાં પુત્રપ્રાપ્તિ, કાલવમાં વેસ્યા તૈતિલમાં ત્રિયબાણિણી, ગરમાં શુશ્પન્નતા, વણિજમાં પુત્રિણી, વિદિમાં મૃતવત્સા, શકુનમાં કામાતુર, ચતુષ્પદમાં સાર, નાગમાં પુત્રવતી અને કિસ્તુધ્નમાં વ્યભિચારિણી થાય ૧-૪

(રાશિચોતું કૃળ.)

વ્યભિચારિણી તુ મેષે વૃષભે શુભ ભોગિની ॥

મિથુને ધનયુક્તોક્તા કર્કટે દુઃખિતા બુધે ॥ ૧ ॥

સિંહે પુત્રવતી નારી કન્યામાં માનીની શુભા ॥

તુલે વિચક્ષણા નારી વૃશ્ચિકે વ્યભિચારિણી ॥ ૨ ॥

ધને પતિવ્રતા શ્રેયામાં મકરે તુ દુર્ભેદે દ્રીયઃ ॥

કુબે ધનવતી શ્રેયા માને ચ ચપલા બુધે ॥ ૩ ॥

જે મેષ રાશિમાં મગધમતી પહેલ જોડી થાય તો વ્યભિચારિણી, વૃષભમાં સુખ ભોગવનારી, મિથુનમાં ધનયુક્ત, કર્કમાં દુઃખી, સિંહમાં પુત્રવતી, કન્યામાં અભિમાનવતી, તુલામાં ચતુરા, વૃશ્ચિકામાં વ્યભિચારિણી, ધનમાં પતિવ્રતા, મકરમાં દુર્ભેદ, કુંભમાં ધનવતી અને મીનમાં અચક્ષતાવાળી થાય. ૧-૩

(હોરાઓનું કૃળ.)

સૂર્યે ચ વ્યધિસયુક્તા ચક્રે હોરે પતિવ્રતા ॥

કુબે હોરે તુ દુર્ભાગ્ય બુધે હોરે તુ મિથુણી ॥ ૧ ॥

શુવે સર્વે સ્મૃદ્ધિઃ સ્વાત્ ભૃગો સૌભાગ્ય મેવ ચ ॥

શનૌ સર્વે વિનાશાય હોરકસ્ય ક્ષલ્ બુધે ॥ ૨ ॥

જે રવિવારની હોરામાં પ્રથમ પુષ્પવતી થાય થાય તો વ્યાધિથી પીડાનારી, ચંદ્ર હોરામાં પતિવ્રતા, મગધની હોરામાં દુર્ભાગ્યવતી, બુધની હોરામાં પુત્રવતી, શુરની હોરામાં સર્વ સ્મૃદ્ધિવતી, શુક્રની હોરામાં સૌભાગ્યવતી અને શનિની હોરામાં સર્વ વિનાશકારિણી થાય. ૧-૨

(લગ્નનું કૃળ.)

મેષ લગ્ને દરિદ્રા ચ વૃષભે ધન સંયુતા ॥

કામિની મિથુને લગ્ને કર્કટે પતિનાશિકા ॥ ૧ ॥

સિંહે પુત્રપ્રસૂતા ચ પતિયુક્તા સ્ત્રી લગ્નેકે ॥

તુલે એવાન્ધેતા દામી વૃશ્ચિકે દર્દે દુઃખિની ॥ ૨ ॥

ધન લગ્ને ધનૈશ્વર્ય મકરે કર્કશા ભવેત્ ॥

કુબે વંશ ક્ષયની ચ મીને સર્વે શુણ્ઘાન્વિતા ॥ ૩ ॥

જે સંક્રાંતિ આવતી હોય તે સંક્રાંતિતુલ્ય પહેલું લગ્ન માનવામાં આવે છે. જે તે મેષ લગ્નમાં પ્રથમ રજોવતી ચક્રે હોય તો દરિદ્રિણી, વૃષમાં ધનવતી, મિથુનમાં કામવતી, કર્કમાં પતિનાશકતા, સિંહમાં પુત્ર પ્રસવનારી, કન્યામાં પતિવ્રતા, તુલામાં અધમતિ, વૃશ્ચિકામાં દર્દ દુઃખવાળી, ધનમાં ધન ઐશ્વર્યવતી, મકરમાં કર્કશા, કુંભમાં ઉભય વંશવિધ્વસિની અને મીનમાં સર્વશુણ્ઘસંપન્ન થાય છે. ૧-૩

(મહોનાં કૃળ.)

લગ્ને રાહુ શ્વેતીરિચ રવિ ચન્દ્રો તથૈવતુ ॥

તદાસા વિધવા નારી સર્વે સૌભાગ્ય વર્જિતા ॥ ૧ ॥

જે લગ્નમાં રાહુ-શનિ-વિ-સોમ એ ચારે ગ્રહો હોય તો તે સ્ત્રી વિધવાજ થાય છે અને સર્વ સૌભાગ્યથી વાળીત રહે છે. ૧

(રક્તનું ક્રીડા.)

શોષિતા બિંદુ માત્રેણુ સ્વૈરિણી આલ્પશોષિતા;

રક્તે રક્તે ભવેત્ પુત્રઃ કૃષ્ણૈશ્ચ મૃત પ્રજાઃ

૧

પિત્તિલે ચ ભવેદ્વધ્યા કાઠવધ્યા ચણાકુરે;

પીતે દુશ્ચારિણી જેવા સુમગા ચુંગ આદરો.

૨

સિંદૂરવણું રક્તે તું કન્યા સંતતિ રેવચ.

૩

જો પ્રથમ રમેદર્શન સમય રક્ત બિંદુ માત્ર તથા અલ્પ વર્ણવતે હોય તો તે વ્યભિચારિણી થાય. રાતાવર્ણનું રૂધિર હોય તો પુત્રવતી થાય, કાળું હોય તો મરેલી પ્રજાવાળી થાય, જાડું રક્ત હોય તો વાંઝણી થાય, પાંડુરવર્ણુ રક્ત હોય તો વધ્યા થાય, પીળું રક્ત હોય તો દુરાચારિણી થાય, ચણાકી જેવા રંગનું હોય તો સુમાગશાલિની થાય અને સિંદૂરવર્ણુ હોય તો કન્યા પ્રસવનારી નીવડે છે. ૧-૩.

(સમય-કાળનું ક્રીડા.)

પૂર્વાન્હે સુમગા પ્રોક્તા મધ્યાન્હે ચૈવ નિર્ધના;

અપરાન્હે શુભ ચૈવ સાયાન્હે સર્વ ભોગિની.

૧

સંધ્યાઅયોર્વેશ્યા નિશીથે વિધવા ભવેત્;

પૂર્વે રાત્રે તથા વધ્યા દુર્ભાગા સર્વે સધિપુ.

૨

જો પ્રથમ રમેદર્શન સમય પ્રાતઃકાળ હોય તો સુમાગ્યવાળી, મધ્યાન્હે થાય તો નિર્ધનવતી, ત્રીજા પહેરે થાય તો સારૂ, ચોથે પહેરે થાય તો સર્વ ભોગ્યભોક્તા, સંધ્યા (બેઠ સંધ્યા)માં થાય તો વ્યભિચારિણી-નગરનાયકા, અરધી રાત્રિએ થાય તો વિધવા, પાછલી રાતે થાય તો વધ્યા થાય, અને સર્વ સધિયોમાં થાય તો દુર્ભાગ્યવતી થાય છે. ૧-૨.

(પહેરેલાં વસ્ત્રોનું ક્રીડા.)

પાંડુરા સુમગા વસ્ત્ર શોગિણી રક્ત વસ્ત્રકા;

નિલાંબરધરા નારી વિધવા પુષ્પવંતિકા.

૧

ભોગિની પીતવસ્ત્રાય મિશ્રવસ્ત્રાવર પ્રિયા;

સૂક્ષ્માસ્પાત્સૂક્ષ્મ વસ્ત્રાય દંદ વસ્ત્રા પતિવ્રતા.

૨

દુર્ભાગા છૂર્ણવસ્ત્રાય સુમગા મધ્યવાસ યા;

ઘોતે વસ્ત્રા શુભા નારી મલિના મલિના ભવેત્.

૩

પ્રથમ અનુસમય જો પાંડુર-સ્વેત વસ્ત્ર પહેરેલ હોય તો સારૂ, લાલ હોય તો શોગિણી, નીલાં હોય તો વિધવા, પીળાં હોય તો ભોગવતી, મિશ્ર-મળેલા રંગનાં હોય તો પતિવ્રતમા, ઝીણાં વસ્ત્ર હોય તો સૂક્ષ્મ સૌખ્યવતી, દંદ-મળપૂત વસ્ત્ર હોય તો પતિવ્રતા, છૂર્ણ વસ્ત્ર હોય તો દુર્ભાગીની, મધ્યમ વસ્ત્ર હોય તો સુમાગીની, ઘોચેલ વસ્ત્ર હોય તો સુખકારી અને મલીન હોય તો મલીન ક્ષણવતી નીવડે છે. ૧-૩.

શ્રી સાહોદરા નાગર જ્ઞાતિની ઝડપખંધ ઘટતી જતી વસ્તી સંબંધે તંત્રીના વિચારો.

ચાલુ માસના અંકમાં અંચલસંસ્કારમાં મુખ્ય ઇલાકામાંની જૈન વસ્તીમાં પ્રાંતવાર આવતું મરણનું પ્રમાણ અને જૈન કોમના નેતાઓની ફરજ એ સંબંધે રીવ્યુ સેવામાં આવ્યો છે.

સાહોદરા નાગર જ્ઞાતિની વસ્તી મુખ્ય ઇલાકામાં ચાર ગામોમાં હવે જોવામાં આવે છે, નડીયાદ, અમદાવાદ, ડભોઇ, ચાહોદ આ ચાર ગામો અને તેના આસપાસનાં ગામોમાં જે વસ્તીની ભારે સંખ્યા હતી તેમાં આસમાન જમીન જેટલો તફાવત હાલ તંત્રીની નજરે પડે છે. આ સંબંધે દીર્ઘકાળથી મનમાં વિચારો ઘોળાયા કરે છે એ વિચારો જહોરમાં મુકવાથી તેનાં આંદોલનો કોઇ પણ વખતે જ્ઞાતિમધ્યે ઉપર અસર કરશે. કારણ જ્ઞાતિની ઉન્નતિ શી રીતે થાય, મરણની સંખ્યામાં કેવા ઉપાયથી ઘટાડો થાય, અને વસ્તી શી રીતે વધે તે તરફ જરા પણ લક્ષ જ્ઞાતિના નેતાઓ કે જથ્થાદાર તરફથી આપવામાં આવતું નથી. નાતમાંથી કોઇ પણ માણસનું મરણ થાય તે વખતે સ્મશાનમાં તેની ચિતા બળતી હોય તે વખતે નવરા ખેડે વાતો કરવામાં આવે છે કે “ભાઈ આપણી નાતના ઉપર પ્રભુની અવકૃપા છે. નાતમાંથી દર વરસે દસ પંદર ઘર ઉખડી જાય છે, કન્યાની અગ્નિને લીધે ધણી કુંવારા ને રોહિલા પરણી શકતા નથી ને વંશ જાય છે, એટલુંજ નહિ પણ કન્યા ન મળવાથી નાતમાંથી કેટલાક નાના તડમાં (બારડમાં) જાય છે તે નાતમાંનું ઘર ઓછું થાય છે.” વગેરે વગેરે રોહિલા રડવામાં આવે છે. અને તેવાંજ રોહિલાં શાકપાંદડામાં (શાકપુમડામાં) રડવામાં આવે છે. પરંતુ વાતો કરનારમાંથી કે નાતના આગેવાન કે નેતામાંથી કોઇ તે બાબત ઉપર ધ્યાન આપતાજ નથી. અને તેમને તેવું ધ્યાન આપવાને દરકાર પણ નથી તેનાં કારણો હું આગળ કહીશ.

મારો જન્મ સંવત ૧૯૧૦ ના પોસ સુદ ૧ ના રોજ બોરસદ તાલુકાના આશોદ ગામમાં થયો હતો. અમારી સાતમી પેઢીના પૂર્વજે સાહોદ ગામમાં (જે ગામ હાલ ડભોઇ તાલુકામાં છે અને પુરાતન કાલમાં તેની સારી જહોજલાલી હતી) મુસલમાની રાજ્યોમાં મુસલમાનો સાથે લલાઇ થવાથી તેમાં સામસામી ધણી માણસોનાં મરણ થવાથી છોડી બેઠાશી ઠાકોરના રાજ્યમાં આવ્યા. બેઠાશી ગામ મહી નદીના કિનારા નજીક આવેલું છે. અને તે તથા તેના નજીકનાં ગામ પણ બેઠાશી છે. એ વખતે બેઠાશીના રાજા જે હાલ ઠાકોર કહેવાય છે તેની જહોજલાલી ભારે હતી તેમનો આશ્રય લઇ રહેલા અને પાછળથી તેમનું પ્રધાનપદ ભોગવવા લાગ્યા. તેવામાંજ કેટલાક જ્ઞાતિમધ્યે બેઠાશીથી સુમારે દોઢ

* ૧ શાકપાંદડાને ખરો શબ્દ શાક પુમડું છે. જુના વખતમાં વરો કરનારને ત્યાં નાતના લોકો ભેગા થાય ત્યાં શાકનો ટગથો થાય ને તે સમારવા પાળીયો કે ચાકુ અપાય તે વખતે કમુંબા કાઢવા તેમાં ૩ વપરાય તેને પુમડું કહેતા. હવે તે ચાલ રહ્યા નથી.

ગાઉ ઉપર આવેલા કંથારીયા ગામમાં આવી વસ્યા અને પાછળથી અમદાવાદ નડીયાદમાં આવી વસ્યા. અમારા પૂર્વજો ઉપર ઠાકોરની મહેરબાની હતી અને તેમની સારી નોકરી તેમજો કરવાથી આસોદર ગામ વસાવા જમીન આપી ને ત્યાં ગામ વસાવત ક્યું. કેટલાક વર્ષ ગામના માલીક રહ્યા પછી નરવાદાર થયા ને પેશવાઈ વખતમાં ને પાંચ્છથી નરવાની જમીન યોળી છેવટે અમને ગામના મતાદાર કે મુખી પટેલની સ્થિતિમાં લાવી મુક્યા. અને આસોદર ગામમાં હજુ પણ અમારા કુટુંબમાં મતાદારીના ત્રણ ભાગ ચાલે છે. સાહોદ ગામ ભાગ્યા પછી અમારી યાત્રિના કેટલાક માણસો ક્રમોદ્ધ ચાંગોદ તરફ ગયા ને ત્યાં જઈ વસ્યાથી ત્યાં પણ અમારી યાત્રિની વસ્તી છે.

સાહોદરા નાગર યાત્રિની વસ્તી સાહોદ ભાગ્યા પછી નડીયાદ અમદાવાદ તથા તેના આજુબાજુનાં ગામોમાં ઘણી હતી તેમજ ક્રમોદ્ધ આણેદમાં પણ ઘણી હતી. હું દસ વ્ષાર વર્ષનો થયા પછીની ઘણી વાતો અને બનાવોનું મને સ્મરણ છે અને તે બનાવો મારી નજર આગળ હજુ પણ જોવા ને તેવા જણાય છે. મારી અરાડ વર્ષની ઉમરથી તો મેં નિત્ય નોંધપોથી રાખેલી છે ને તેમાં મેં કેટલાક બનાવોનું પુરેપુરું વર્ણન કરેલું છે. અને જ્યારે હું તે નોંધપોથી વાંચું છું ત્યારે તો તે તાદસ્થ થાય છે. મને અમજણ આવી તે વખતે મારી જન્મભૂમિના આસોદર ગામમાં સાહોદરા યાત્રિનાં લગભગ પાંતરીસ આવીસ ઘર હતાં ને તે બધા કુટુંબવત્સલ હતા. તે વખતનાં સ્ત્રી અને પુરુષો કદાવર, બળવાન, નીરોગી, મીલનસાર દયાલુ, અને અત્યંત માયાલુ હતાં. માબાપ કાકા સગા બાઈઓ તેમની પતિનીઓ ને તેમનાં છોકરા એકજ મકાનમાં ગજબાસમાં રહેતા. તેઓ એકમેક ઉપર પ્રીતિ રાખતાં. આજની સ્ત્રીઓ માફક તે વખતની સ્ત્રીઓ શોખીન અને કોમળ થવા ઇચ્છતી નહોતી. અને ફેશન-ટૂંચીએ તેમનામાં પ્રવેશ ક્યો નહોતો. તેમનું જીવન અને રહેણીકરણી તદ્દન સાદી હતી. તેમની પાસે આજના જેવા વસ્ત્રાલંકાર નહોતાં તેમજ તેમને રહેવાનાં મકાનો પણ આજના જેવાં બગ્ય નહોતાં છતાં પણ તેઓ થોડા વૈભવમાં સંતોષ માની પોતાના દિવસો આનંદમાં નિર્ગમન કરતાં. અને રાત્રિએ તેમને ગાદ નિદ્રા આવતી. અત્યારે ઘરોઘર વૈભવના પદાર્થો વધ્યા છે તેથી ખર્ચ પણ વધ્યું છે. અયોગ્ય ખાનપાનથી રોગના ભોગ થવાથી ધનની અને શરીરની ચિંતામાં મનની સ્વસ્થતાનો નાશ થયો છે. તેથી રાત્રિએ નિદ્રા પણ આવતી નથી. મારા પિતા તથા મારી ફાઇના દીકરા અને કેટલોક વખત મારા પિતાના ફાઇના દીકરા એઓ આસોદરમાં ભેગા રહેતા હતા એવું મારા પિતા તથા મારી ફાઇના દીકરા તથા મારા ફાઇના કાકાના મુખથી મેં ઘણી વખત સાંભળ્યું હતું. તેમજ બાહ્યા અવસ્થામાં નજરે પણ જોઈું હતું. મારી યૌવન અવસ્થામાં તેઓ જોકે જુદા ચએલા પરંતુ તેઓની અસ્પર્શની પ્રીતિ ને વહાલ તો અવર્ણનીયજ હતું. એવી પ્રીતિ અને વહાલ ચાલુ જમાનામાં બાપદિકરા કે સગા બાઈ બહેન વગેરે પણ જોવામાં આવતું નથી. એ વખતની તેમની નીતિ રીતિ રહેણી કરણી ને સાદા જીવનને લીધે મારા બાપનાં માતૃશ્રી ઝંઘેર સંવત ૧૯૨૮ ની સાલમાં મુજરી ગયાં તે વખતે અમે તેમના પરિવારના એટલે દીકરાના દીકરા, દીકરીના દીકરા, દીકરાની દીકરીયોના દીકરા વગેરેનો પરિવાર ગણતાં ૮૦-૮૧ માણસની સંખ્યા થઈ હતી. મારી બાહ્યાવસ્થામાં આસોદરમાં અમારાં ૪૦ ઘર હતાં. મલાતજમાં પણ તેટલાંજ ઘર હતાં. આ સિવાય જોશીકુવા, ગામડી, ઉતરસંડા, નરસંડા, કાસર, અલીદ્રા, વણસોલી,

હેમાધ, હેસર ઇત્યાદિ ગામોમાં પણ ધણી વસ્તી હતી અને તે પ્રસંગોપાત તે ગામમાં જવું થતું ત્યારે જોવામાં આવતી. અમદાવાદ આગુત્રાગુત્રાનાં ગામો જેવાં કે વહેલાળ, કુખડયલ, કલુભા, બહીયલ, પયડોલ, ધનસુરા, પ્રાંતીજ, ગન્નાડ વગેરે ગામોમાં પણ સોડોદા નાગરોનાં ઘણાં ઘરો હતાં. અત્યારે જેમ ધરમાં બાયડી કે બાયડો કિંવા છોકરાં છઠ્ઠયાં ન હોય તે માત્ર એકાદ માણસ ધરમાં હોય તેને ધર ગણવામાં આવે છે તે પ્રમાણે તે વખતનાં ધરો નહોતાં તે તો વસ્તીવાળાં જ જણાતાં. તે વખતે નડીયાદની નાત પાંચસે' ધરની અમદાવાદની દોઢસો બસે ધરની અને ડભોઇની દોઢસો ધરની તથા ચાણોદની પચાસ ધરની નાત ગણાતી. અત્યારે ચાણોદમાં ભાખ્યાં તુટયાં એવાં વીસ ધર પણ નથી. ડભોઇમાં પચાસ સાડ હશે. નડીયાદમાં બસે' ધર લાંબાં લે તેવાં હશે પરંતુ છોકરાં છૈયાં સ્ત્રી પુરુષ એવાં પ્રહરથાશ્રમી ધર તો પુરો સો પણ નહીં મળે. અમદાવાદમાં તેવાં ૭૦-૮૦ મળી શકશે. શહેરોમાં જ્યારે આ સ્થિતિ થઇ છે ત્યારે ગામડા માટે તો કહેવા જેવું રહ્યું પણ નથી.

આસોદર કે જેની અંદર ૪૦ ધર હતાં તેમાં માત્ર બે ધર જ રહ્યાં છે. મલાતળની પણ તેજ દશ છે. વણસોલી, નરસંડા, વહેલાલ, પૈડાલ, પ્રાંતીજ, કુખડયલ, બહીયલ વગેરે ગામોમાં પણ એક કિંવા બે ધર રહ્યાં છે, અને તે પણ વસ્તીમાં ભાખ્યાં તુટ્યાં જ રહ્યાં છે. આ ગામોમાં જ્યારે જ્યારે જવું થાય છે ત્યારે ત્યારે પૂર્વની સ્થિતિનું સ્મરણ થઇ ખેદ થયા વિના રહેતો નથી. આ પ્રમાણે ગામડાં અને શહેરોની વસ્તી ધરી જવામાં શું પરમકૃપાળુ પરમાત્માનો કોપ કે અવકૃપા છે કે? જવાબ નકારમાં જ આપવો પડશે. પરમકૃપાળુ પરમાત્મા તો શુભાશુભ કર્મોનો ફળદાતા છે. આવી સ્થિતિ કેમ પ્રાપ્ત થઇ તેનાં કારણો શોધીશું તો તે જણાયા વિના રહેશે નહિ. સંવત ૧૯૨૨ ની સાલમાં અને તે પછી નડીયાદ, અમદાવાદનાં સોડોદા શાંતિના સંખ્યાબંધ માણસો સરકારી નોકરીમાં હતા તેમાં કેટલાક મામલતદાર, કેટલાક દસ્તદાર, કેટલાક જરીફ સર કામદાર (સર્વે સુપ્રિન્ટેન્ડન્ટ), દીવાન, નાયબ દીવાન, જજ કે સમજજ, રાજના કારભારી અને સરાશી દુકાનદાર વગેરે વિવિધ જાતના હોદા ઉપર હતા. તેઓ લોકપ્રિય અને કીર્તિવંત હતા, એટલું જ નહિ પણ અન્ય શાંતિઓમાં પણ તેમને માન આપી સારી મળતી કારણ તેઓ અન્ય શાંતિનું પણ બહુ' કરી શકતા હતા. મનુ ભગવાને કહ્યું છે કે આપણે સારી સ્થિતિમાં હોઇએ તો પ્રથમ કુટુંબ, પછી સગાં, પછી શાંતિ, પછી ગામ, અને તે પછી દેશબંધુને સદાય આપી બની શકે તેટલું તેમનું હિત કરવું જોઇએ. એ શાસ્ત્રાગ્રાંતુસાર તેઓનું વર્તન હતું. તેઓએ સંખ્યાબંધ શાંતિભાષ-ઓને નોકરી વગેરે ધધે વળગાડેલા હતા. આવા પ્રાતરસ્મરણીય પુરુષોમાં આપણે અમદાવાદના સદ્ગત રા. રા. ખુશાલરાય સારાભાઈ તથા નડીયાદના સુરજરામ ગંગારામ, લલુભાઈ જમિયતરામ, ઉલાસરામ અર્જુનલાલ વગેરે નામ પ્રસંગોપાત યાદ કરીએ છીએ. સદ્ગત રા. રા. નારણભાઈ લલુભાઈ તથા ગિરધરલાલ ગણપતરામ જેઓ શ્રીમંત ગાયકવાડ સરકારના રાજ્યમાં સરસ્થા કચેરીમાં હતા. તેઓએ નામદાર ગાયકવાડ સરકારના રાજ્યમાં સારું માન મેળવ્યું હતું. સદ્ગત નારણભાઈ લલુભાઈ તે વખતમાં ગાયકવાડી રાજ્યમાં શુદ્ધિ, જ્ઞાન, ચતુરાઈ અને કામ કરવામાં એકાંજ હતા. મરહુમ હરીયા દાદા ગાયકવાડ સરસ્થાના હોદા ઉપર હતા છતાં એ ખાતાનું તમામ કામ તેઓના હાથથી અને દેખરેખ નીચે થતું હતું. રામ નામથી જેમ પત્થર તરતા તેજ માફક તે વખતે શ્રીમંત ગાયકવાડ સરકારના

રાજ્યમાં સાઠોદરા યાત્રિના જે નોકરો હતા તેમના તરફ રાજ્યના અમલદારો પણ સમ્મતાથી અને માનપૂર્વક વર્તતા. આ પ્રમાણે તેઓની બ્રાહ્મભાવની લાગણી હતી તેથી યાત્રિની ઉન્નત સ્થિતિ હતી. વળી કેટલાક લોકો સરકારી ખાતામાં પણ આગળના વખતમાં સારા હોદ્દા ધરાવતા હતા. તેથી સાધારણ કહેવત એ હતી કે સાઠોદરા નાગરનો ધધો કલમ, કઠ્ઠી કે ખરછી ગણાતો. ગત ત્રીશ વર્ષથી આ યાત્રિની સ્થિતિ ઉત્તરોત્તર અવનતિમાં આવતી જાય છે. નડીયાદમાં મરહુમ નારણભાઈ લલુભાઈના પુત્રો સારા વિદ્વાનો થયા છે અને જજ, બેરીસ્ટર અને વકીલ જેવા હોદ્દા ધરાવે છે. પરંતુ હાઈસ્કૂલો કે કોલેજોમાં તપાસ કરીશું તો હવે યાત્રિના છોકરા કમચિત્તજ માણુમ પડશે. આમ થવાનું કારણ ફેશનદેવીએ નાતમાં પ્રવેશ કર્યો છે. રહેણી કરણી કિંમતી થઈ ગઈ છે. ખર્ચ વધ્યું છે અને પૈસા સંબંધી ત્રિયતિ બગડતી જાય છે. લક્ષ્મીનાં ખર્ચ પણ વધ્યાં છે. યાત્રિમંદુઓમાં સ્વાર્થપરાયણતા વધી છે. દ્રેષ અને ધર્ષાએ આવી વાસ કર્યો છે. કહેવતમાં કહે છે તેમ “હમખી જમીન પર ઝોર તુંમખી જમીન પર” એ પ્રમાણે અન્યેઅન્ય થવા લાગ્યું છે. કુસંધે નાતમાં કાયમનું સ્થાન લીધું છે. અમદાવાદ શહેરમાં મરહુમ સરદાર બહાદુર ચીતુભાઈ માણુભાઈ બેરોનેટ એમણે કર્યું સમાન દાન પ્રગઠિતાયે આપી આપણી બારતભૂમિમાં સાઠોદરા યાત્રિને શોભા આપી નામ મેળવ્યું છે અને અમદાવાદમાં યાત્રિમંદુઓ વિદ્યા ઉદ્યોગમાં કંઈક આગળ વધે છે.

યાત્રિની વસ્તી કમી થવામાં, ગામડાંના નાતનાં ઘરો નિર્વંશ જવામાં, નાતિલાઓનો પોતાનો દોષ છે, અને હજુ પણ તે તરફ લક્ષ નહિ આપે તો પરિણામે થોડાં વર્ષ પછી નાતનાં કેટલાં ઘર રહેશે અને લક્ષ સંબંધ શી રીતે જોડાશે તે કહી શકાતું નથી. ઉમેાઈ, ચણિાદ, અમદાવાદ, અને નડીયાદ તથા આજુબાજુનાં ગામોની નાતનાં માણુસોની વસ્તી ઘટી જવાનું મુખ્ય કારણ તો એજ છે કે પ્રથમ શહેરમાં આવેલા લોકો કુલીન ગણાયા અને તેમ થવાનું કારણ શહેરના સહવાસથી વિદ્યા, જ્ઞાન, શુદ્ધિ વગેરેમાં અને વિવેક વિચાર તથા આચારમાં તેઓ ગામડાના લોક કરતાં આગળ વધેલા તેથી ગામડાનાં લોકો તેમને કન્યા આપવા લાગ્યા. છતાં શહેરવાળા કન્યા તેમને આપતા નહિ. નડીયાદની આજુબાજુના ગામડાવાળા નડીયાદમાં કન્યા આપતા, અને અમદાવાદની આજુબાજુના લોકો અમદાવાદમાં કન્યા આપતા. તે પછી નડીયાદના પોતાની કન્યા અમદાવાદ આપતા. પણ અમદાવાદની કન્યા નડીયાદમાં આવતી નહિ; તેમજ નડીયાદ અમદાવાદના પોતાની કન્યાઓ ઉમેાઈ, ચણિાદ આપતા નહોતા તેથી ઉમેાઈ, ચણિાદની કન્યા નડીયાદ, અમદાવાદ આવતી નહિ. આ પ્રમાણેની સ્થિતિ થવાથી ગામડાની કન્યા જ્યારે નડીયાદમાં આવવા લાગી અને નડીયાદ શહેરમાંથી તેમને કન્યા મળતી નહિ તેથી આમદાનીનો માર્ગ બંધ થવાથી ગામડાવાળા સાટા તેખડાથી કે પૈસાના જદલામાં આમણુસામણુ કન્યાઓ આપતા લેતા અને કેટલાક પૈસાના લોભથી અગર છોકરીના હિત માટે શહેરમાં કન્યા આપતા તેથી ગામડાના લોકોને સાટા, તેખડા કે પૈસા સિવાય કન્યા મળવાનું સાધન ન રહ્યાથી વંશ જવા લાગ્યા ને વસ્તી ઘટી ગઈ. તેથી નડીયાદના લોકોને પણ કન્યા મળવામાં મુશ્કેલી ઉભી થઈ અને એક વખત એવે પણ જોવામાં આવ્યો કે કન્યા મેળવવામાં હજારે રૂપૈયા ધણા કુટુંબોને બરવા પડતા. સંવત ૧૯૩૬ માં એકડા કરી નડીયાદની નાતે અમદાવાદમાં કન્યા આપવાનું બંધ કર્યું. તેથી અમદાવાદવાળાને પણ ગામડાની વસ્તી ટુટી જવાથી અને નડીયાદની કન્યાઓ મળતી બંધ

યવાથી વસ્તીમાં ઘટાડો થવા લાગ્યો. તેવુંજ પરિણામ કમોઈ, ચોડાદમાં આવ્યું છે. સર્વ સાતિબધુઓ એકજ પરમેશ્વરના પુત્રો છીએ.

રહેણી કરણી અને ગુણદોષથી કુલીન અને અકુલીનના ભેદ પડી ગયા છે. સાટાં તે ખડાં અને કન્યાવિક્રયના દુષ્ટ અને ધિકારવા લાયક રિવાજે નાતની વસ્તીમાં મહોટો ઘટાડો કર્યો છે. એવું આચરણ કરનાર માટે નાતમાંથી સખ્ત ઠરાવો પસાર કરવામાં આવે અને પછી કુલાભિમાનનો ત્યાગ કરી ચારે ગામમાં આમણુ સામણુ કન્યાઓ આપવા લેવાનો વ્યવહાર શરૂ થાય તો કન્યાનું ક્ષેત્ર વિશાળ થતાં નાતની વસ્તીમાં પંદર વીસ વર્ષમાં મોટો ફેરફાર થઈ વસ્તી વધ્યા વિના રહેશે નહીં.

સંવત ૧૯૬૬ ની સાલમાં નડીયાદની નાતમાં જોકે એકલા કરવામાં આવ્યા છે, અને તેમાં કુલાભિમાનનો ત્યાગ કરવા માટે લખેલું છે, પરંતુ તે શુદ્ધ દિલનું હોય એમ અનુભવ થતો નથી. અને તેનો અમલ થતો જોવામાં આવતો પણ નથી. ઉલટ તેવો અમલ કરનારને કુલાભિમાનને લીધે ભગતાજ બહાનાથી હેરાન કરવામાં આવે છે, એવો તંત્રીનો જાતિ અનુભવ છે. જો નાતની અને પોતાની ઉન્નતિ ઇચ્છતા હોય તો રાગદોષ ધર્મોનો ત્યાગ કરી સાડોદરા નાગરોએ પ્રાતુભાવની લાગણી પ્રકટ કરવી જોઈએ; અને નાતમાં સારા કામદા કરી ભેદ છુદ્ધિ કાઢી નાખવામાં આવશે તો પરમાત્મા સર્વ સાતિબધુનું કલ્યાણ કરશે. નહિ તો તેનાં માઠાં ફળ આપેલાં પડ્યાં છે અને આગળ પણ તેવાંજ ફળનો સ્વાદ લેવો પડશે. માટે હજી પણ આ બાબતે પર ધ્યાન આપવામાં આવે તો સાઈ નહિ તો “ધર્મે જય અને પાપે ક્ષય” જેવો પરિણામ થશે. નાગર જેવી ઉત્તમ જાતિમાં કન્યાવિક્રય કે સાટાં તેખડાં જેવા કુચાલ રહે, નાતમાં કુલાભિમાન રહે અને કન્યાનું ક્ષેત્ર સંકોચાતું જાય એ શું ધ્યાન આપવા જેવું નથી ? સર્વ નાગરમાં પ્રથમ પંક્તિ ધરાવતા વડનગરા નાગર જ્ઞાતિ વિશે વિચાર કરો. ભાવનગર, જુનાગઢ, નડીયાદ, પેટલાદ, પાટણ વગેરે સ્થળમાં એ નાતના તમામ ભાઈઓમાં કુલાભિમાન છેજ નહિ તેમ કુળવાન ને અકુલીન નથી. એકએકને ત્યાં ઉત્તમ વર પસંદ કરી કન્યા આપે લે છે. તેમની સ્થિતિ જુઓ, તેમની વિદ્વતા, સંતતિ, સંપત્તિ તથા અધિકાર કેવાં છે, તેમનું માન-પાન કેવું છે? તે સાથે કુળના દુષ્ટ રિવાજો ધરાવતા સાડોદરા, વીસલનગરા, નાગરોની સ્થિતિને સરખાવો એટલે માણુમ પડશે કે આવા દુષ્ટ રિવાજથી તેમને કેટલું સહન કરવું પડ્યું છે ને હજી સહન કરવું પડશે. માટે આ સવાલ ધ્યાનમાં લેવાઈને કષ્ટ પણ કરી બતાવવામાં આવશે તો પરમાત્મા અવશ્ય કલ્યાણ કરશે.

ગ્રંથસ્વીકાર.

ઈદમભાસિકઃ—આ નામના ત્રિમાસિકના પ્રથમ વર્ષના અંક ૧-૨ અમને તેના અધિપતિ અને પ્રકાશક દરમાધલ જમાલ બેલીક ધોરાજી (કાઠીયાવાડ) એમના તરફથી મળ્યા છે. આ માસિકની ખંદર લખાતા લેખો શીરઆતથીજ સારી જાતના આવે છે જેથી આગળ જતાં આ માસિક સાઈ પ્રસિદ્ધિમાં આવશે એમ લાગે છે. મુસલમાની કામ ખાતેથી આવું માસિક નીકળતું જોઈ વધારે આનંદ થાય છે. જ્યારે કાગળના બોલો અતિશય વધી ગયેલા

છે તેવા વખતે અધિપતિએ આ સાહસ ઉઠાવ્યું છે તેને માટે તેમને ધન્યવાદ થતે છે વા-
ર્ષિક લવાજમ પોષ્ટેજ સાથે રૂ. ૦-૧૨-૦ છે.

કાવ્યામૃતવાણી:—આ નામનું પુસ્તક તેના કર્તા રણુજીડલાલ એમ. વઘીલ, સેન્ટ-
હરટેરીક, મોરારજી ગોકલદાસ ખીલિંગ નંબર ૨૫૪, એમના તરફથી અમને અભિપ્રાય
માટે મળ્યું છે. આ પુસ્તક માટે કર્તાના આરંભિક પ્રયત્ન છે છતાં પણ આ પુસ્તક સરળ
અને સાદી બાધામાં છે. કર્તાએ કેટલુંક કાવ્ય પોતાની દૃષ્ટિએ પડેલા બનાવતું અને કેટલુંક
પોતાને આવેલા વિચારોનું રચેલું છે. આ પુસ્તકની કિંમત રૂ. ૦-૪-૦ છે.

શ્રી માધર યુવક મંડળ વાલમ:—ત્રીજો વાર્ષિક રીપોર્ટ અમને મળ્યો છે. રીપોર્ટ
વાળા વર્ષમાં યુવક મંડળે પોતાનું કર્તવ્ય બરાબર રીતે બજાવ્યું છે તે બોધ સંતોષ થાય
છે. દેશાન્નતિના સમયે આધાર યુવાનો ઉપર રહેશે છે. અને યુવાન વર્ગ સારી રીતે કેળ-
વાય તો જ ઉન્નતિની આશા રહે છે.

વિદ્યાર્થી વિમાન.—અધિપતિ અને પ્રકાશક ભાવજી દામજી શાહ મુળધ (ધાટકોપર)
વાર્ષિક લવાજમ પોષ્ટેજ સાથે રૂ. ૨-૮-૦ છે. આ માસિકના વર્ષ પહેલાના અંક ૪-૪-૫
અમને મળ્યા છે. વિદ્યાર્થીનું જીવન કેવું હોવું જોઈએ અને તેવું આદર્શ જીવન ચલાવવામાં શી
શી ખામીઓ છે તે તે કેવી રીતે સુધરી શકે વગેરે બાબત સારી અર્થવામાં આવે છે. અત્યાર
સુધીમાં જે જે દેશો ઉન્નતિમાં આગળ વધેલા છે તે તરફ નજર કરીશું તો તે સુવિધા
અને સુનીતિને લીધે છે અને તે બંને વસ્તુઓની હાપ વિદ્યાર્થી અવસ્થામાં પડવાની
છે. અધિપતિના પ્રયાસ સ્પષ્ટ છે તે માટે અમે તેમને ધન્યવાદ આપીએ છીએ.

મુગ્ધ ઇલાકાની જૈન વસ્તીમાં પ્રાંતવાર આવતું મરણનું પ્રમાણ અને
જૈનકોમના નેતાઓની ફરજ—આ નામનું એક નાનું પુસ્તક તેના લેખક અને પ્રકાશક
રા. રા. નરોત્તમદાસ બગવાનદાસ તરફથી અમને અભિપ્રાય માટે મળ્યું છે. આ પુસ્તક અમે
મનનપૂર્વક વાંચી જોયું. મુગ્ધ ઇલાકાનાની જૈનકોમમાં મરણનું પ્રમાણ શાથી વધારે છે તે
શોધી શકવા લેખકે સારો પ્રયત્ન કર્યો છે. સન ૧૯૧૧ ના સેનસસ રીપોર્ટથી અને મુગ્ધ
સરકારના સુખાકારી ખાતાના કમીશનરના રીપોર્ટથી જૈનકોમમાં મરણનું પ્રમાણ વધવાનાં
કારણો ૨૫૬ જણાવ્યા છે. લેખકે અન્ય દેશોમાં દર હજારે મરણનું પ્રમાણ કેટલું આવે છે
તેના આંકડા બતાવ્યા છે, અને તેનાં કારણ પણ બતાવ્યાં છે. જૈનકોમમાં મરણનું પ્રમાણ
ઘટવા માટે શા શા ઉપાય લેવાની જરૂર છે, અને તેવા ઉપાયો લેવા માટે ખર્ચની રકમ
જોઈએ તે માટે જૈનકોમના નેતાઓ શીખતા અને કૌન્સિલને વિનંતિ કરવામાં આવી છે.
આ સંસાર સ્વાર્થમય છે. આ વિશ્વમાં પારકું દુઃખ જાણનાર અને પારકા દુઃખ માટે લાગણી
ધરાવનાર વીરલાજ છે. માટે શ્રી. નરોત્તમદાસને ધન્યવાદ થતે છે.

શ્રી રાવજી રામનું જીવનવૃત્તાંત—આ પુસ્તક હાપી પ્રસિદ્ધ કરનાર શેઠ
બીખાભાઈ પુંજભાઈ મોદીખાના કોટ મુગ્ધ, વિના મૂલ્યનું રા. રા. વિસનજીભાઈ રાવજી
ઘોડાર સુપ્રિન્ટેન્ડન્ટ માહેબ જુજ એમના તરફથી અમને મળ્યું છે. એ પુસ્તક અમે વાંચી
જોયું. જીવનનું તુલ્ય શ્રી રાવજી એક ગરીબ કુટુંબમાં જન્મેલા છતાં તેઓએ પોતાનું જીવન
કેટલું ઉચ્ચ પ્રકારનું ચુલરેલું છે તે પુસ્તક વાંચતાં સહજ સમજી શકાય તેમ છે. આ મહા-
ત્માએ પોતાની હયાતીમાં પાંચ બૂકેટ અને ચાર લઘુ ગાળત્રી પુસ્તકો સહિત પાંચ કથાં દત્તાં.

પોતાની આ શ્રદ્ધા તેમણે હેવટ સુધી કાયમ રાખી હતી. તેના પુરાવા તરીકે અન્ય જનો જેમ વ્યવહારિક ધર્મો માગી લે તેમ ન કરતાં શક્ષતું સાક્ષાત્ અંગ જે ગાયત્રી તેના પાંચ લાખ મંત્ર સ્વશ્રમે જપવાનું ૧૧૧ તેમના ચિરંજીવ વિસનજીભાઈ પાસેથી માગી લીધું હતું. અન્ય સગાં સંબંધીઓની યોગ્યતાનુસાર તેમની પાસેથી પણ એજ માગણીની ઇચ્છા દર્શાવી હતી. એવા મહાન તપસ્વી યોગીદ્રની યોગશક્તિ કેટલી પ્રબળ હશે તે સહજ સમજી શકાય. બૃહત પુરશ્વરણમાં ૨૪ લાખ ગાયત્રી મંત્ર અને લઘુમાં સવાલાખ મંત્ર જપવાના હોય છે એટલે પોતે એક કરોડ પચીસ લાખ ગાયત્રી મંત્રનો જપ કર્યો હતો. એટલુંજ નહિ પરંતુ પોતાના જીવનનો કેટલોક ભાગ લોકોને ઉદ્દેશ કરી તેમના કલ્યાણ માટે તેમને સદ્માર્ગે ચલાવવામાં ગાળેલાનું સમજાય છે. આ મહાત્માના પુત્ર રા. રા. વિસનજીભાઈ લીમડી રા. જ્યમાં સદ્ગત નામદાર ઠાકોર સાહેબ શ્રી જસવંતસિંહજી કે. સી. આઈ. ના વખતમાં ઘોડાર સુપ્રિન્ટેન્ડન્ટ હતા તે વખતે એટલે સંવત ૧૯૫૩ અને સંવત ૧૯૫૪માં આ માસિકના તંત્રીનું પણ જવું આવવું થતું હતું તેથી તંત્રીને આ મહાત્મા રાધવજીના સમાગમ ને દર્શનનો લાભ થયો હતો. દરબાર શ્રી જસવંતસિંહજી એક અવતારી પુરુષ હતા અને તંત્રીને તેમની સાથે ગાંઠા સંબંધ થએલો તેથી એ નરેન્દ્રને એક જનકવિદેહી જેવા કહેવાને જરા પણ શંકા નથી.

સર જસવંતસિંહજીએ ઇંગ્લેન્ડ અભ્યાસ કરી મેટ્રીકની પરીક્ષા આપવાની રાજ્યોમાં પહેલવહેલી પહેલ કાઢી હતી અને મુખ્યની ધારાસભામાં મેમ્બર થયા હતા. એટલુંજ નહિ પણ યૂરોપ, અમેરિકાનો પ્રવાસ પણ કરેલો હતો, છતાં તેમનું પવિત્ર જીવન એક નમુનારૂપ હતું. પ્રાતઃકાળથી બાર વાગતોનો વખત તેમનો શિવપૂજનમાં જતો હતો. બપોરે ધર્મ સંબંધીના થયો વાંચતા. સાંજે લીમડીમાંનાં ઘણાં દેવળોમાં ધર્મભેદનો ત્યાગ કરી દર્શન કરવા જતા હતા શહેરની બાજોળે શ્રી જસુનાથ મહાદેવનું એક ભગ્ન દેવાલય બધાંવેલું ત્યાં પણ નવદુર્ગાની સ્થાપના કરેલી તેનાં દર્શન કરતા અને આવ્યા પછી અરજદારની અરજીઓ લેઈ એકેએક બોલાવી વાંચે તેમને દાદ આપતા. ને કામ મંગાવવા જેવું હોય તો મંગાવી જોતા. અધિકારી સામે દાદ માગવા કોઈ આવ્યું હોય તો ચોપદાર જમુસ વગેરેને દૂર રાખી એકાંતમાં તેની વાત સાંભળતા અને યોગ્ય ન્યાય આપતા. નવ દસ વાગ્યા પછી આ માસિકના તંત્રી સાથે બે ત્રણ ત્રણ કલાક ધર્મ સંબંધીની કે બીજા સંબંધની વાતચિતમાં કાદતા. આવા મહાન નરેશના રાજ્યમાં શ્રી રાધવજીભાઈ, તેમના પવિત્ર પુત્ર વિસનજીભાઈ, તથા શ્રીયુત રા. રા. કણ્ણાશંકર જેશી વગેરે અનેક રત્નો ભેગાં થયાં હતાં. લીમડી શહેરમાં મોટું વર્ધાસન આપી અગ્નિહોત્ર પણ કરાવતા હતા. કાશીમાં અન્નસેત્ર સ્થાપન કર્યું હતું. અને ગાયકવાડ સરકારના રાજ્યમાં વીસનગરમાં શ્રી નિલકંઠ મહાદેવમાં અને ખેરાલુમાં તંત્રીએ સ્થાપન કરેલાં શ્રી બદ્ધચરાજીમાં દર વરસનું સો સો રૂપિયાનું વર્ધાસન આપી યોષીઓ બેસાડેલાં હતાં. આ સમયમાં લીમડી રાજ્ય એક નમુનારૂપ હતું. સ્વ. દરબાર શ્રી જસવંતસિંહજીએ મહાત્મા રાધવજીના પવિત્રપણાની કદર કરી હતી અને ગાયત્રી પુરશ્વરણના અંતે યજ્ઞાદિમાં ખર્ચવાને બારે રકમ આપી હતી. રા. રા. વિસનજીભાઈ માટે મહારાજના ઉચ્ચ વિચારો હતા. તેમના પ્રમાણિકપણા માટે મહારાજની ખાત્રી હતી અને પોતાની ભલામણથીજ રા. રા. વિસનજીભાઈ જુજ રાજ્યમાં ઘોડાર

સુપ્રિન્ટેન્ડન્ટનો હોદ્દો ભોગવે છે, અને જુજ રાજ્યના મહા રાવશી પણ તેમના તરફ માનની લાગણીથી જીવે છે. લીમડી રાજ્યમાં તે વખતે સોનું ને સુગંધ એ બેગાં થયાં હતાં. મહાત્મા રાધવજીના પુત્ર વિસનજીભાઈ પણ શ્રી બાવાત્રિપુરાના પરમ ભક્ત છે અને તેમને માતાજીના આદ્યૂત ચમત્કાર વખતે વખત જીણાય તેમાં કંઈ નવાઈ સરખું નથી. આ જીવનચરિત્ર વાંચવાથી મને ધરોળ આનંદ થયો છે. આવું પવિત્ર જીવન ધર્મચરની પૂર્ણ રૂપા વગર બનવું કુર્લભ છે. ક્ષીમાન વિસનજીભાઈને દીર્ઘાયુષ્ય આપો એવી પરમાત્મા પ્રત્યે વિનંતી છે.

અંજલિ:—આ નામના માસિકના પ્રથમ વર્ષના જાનેવારી ફેબ્રુવારી માસના અંક ૭-૮ બેગા શ્રી બાપુ મંડળ કરોચી તરફથી અમને મળ્યા છે. માસિક બાલાવરથામાં છતાં તેમાં લેખો બહુ સારા ચર્ચાય છે. હાલના જમાનામાં લોકોને જાગારની વાર્તાઓ વાંચવાનો શોખ વધ્યો છે. અને લોકોની રૂચિને અનુસરી તેવી વાર્તાઓ ધણાં માસિકમાં છપાય છે. તેથી લોકોને ખીજા વિશયો વાંચવા નિરસ લાગે છે. પરંતુ તેથી કરી માસિકના ત્રીજા કે સપ્તાહે ઉત્તમ જાતના લેખો લખવામાં પાછા હલવાનું કારણ નથી. આ માસિકનું વાર્ષિક લવાજમ રૂપાલખર્ચ સાથે રૂ ૧-૧૧-૦ છે.

રિપરીચ્યુએલીઝમ અને મંત્રશાસ્ત્ર.

(લેખક તત્રી.)

(ગત વર્ષનો પૃષ્ઠ ૪૧૪ થી અનુસંધાન.)

મંત્રશાસ્ત્રના ચમત્કારો હજી પણ આ વિશ્વમાંથી ગયા નથી. આ વાતનો અનુભવ ધણા માણસને પ્રસંગોપાત થાય છે પરંતુ તે પ્રજાવર્ગ આગળ આવતો નથી. અને આવે છે તે કેટલાંક કારણસર સત્યતા બરેશે આવતો નથી કારણ કેટલાક પૈસા કમાવાની ખાતર અગર પોતાની મહત્તા બતાવવા ખાતર ખોટા/બધુર્ગા કુકે છે પરંતુ “સાચને કદી ન લાગે આંચ” એ કહેવત પ્રમાણે સાચી વસ્તુ ઠાંકી રહેતી નથી.

સદ્ગત શ્રી રાધવજી શર્મા કે જેઓ જુજ રાજ્યના ધોડાર સુપરીન્ટેન્ડન્ટ સાહેબ વિસનજીભાઈ રાધવજીના પિતા થાય છે તેમનું જન્મચરિત્ર રા. રા. શેઠ ખીમજીભાઈ પુનમભાઈ એ છપાવી પ્રસિદ્ધ કર્યું છે જેનો છલાયદો સવિસ્તર રિવ્યુ ઉપર લેવામાં આવ્યો છે. પરંતુ મરહુમ રાધવજીભાઈ એક મહાત્મા જ અથવા તો અંશાવતારી પુરુષ હતા જેમણે બ્રહ્મ (ખોટા) ગાયત્રી પુરસ્કરણ પાંચ અને લઘુ ચાર કર્યા હતા. બ્રહ્મ પુરસ્કરણ ૧ માં રૂ ૨૪૦૦૦૦૦ એવીસ લાખ ગાયત્રીનો જાપ હોય છે અને લઘુમાં ૧૨૫૦૦૦ એક લાખ પચીસ હજાર ગાયત્રીનો જાપ કરવો પડે છે. એટલે નવ પુરસ્કરણમાં તેમણે એક કરોડ ને પચીસ લાખ ગાયત્રીનો જાપ કર્યો હતો અને પોતાના અતકાળ વખતે પોતાના પવિત્ર સદાયચરણી પુત્ર વિસનજીભાઈ પાસે ખીજી કંઈ ન માગતાં સ્વાશ્રમે ૫૦૦૦૦૦ પાંચ લાખ ગાયત્રીનો જાપ કરવાનું માગી લીધું હતું. તેમજ પોતાનાં નિકટનાં સગાં વહાલાં કે શિષ્યવર્ગને પોતાનાં મરણ માટે દીક્ષાગીર થતાં તેમને તેઓએ આજી કરેલી કે તમારો મારા માટે તમને દીક્ષાગીરી થતી હોય

તો મારા મરણ પછી અમુક સંખ્યાનો ગાયત્રી જપ કરજો. આ મહામાના પુત્ર વીસનજીભાઈ પણ સત્યવાદી પ્રમાણિત છતાં પૂર્ણ ભક્ત છે શ્રીબાળા ત્રિપુરા પ્રત્યે તેમની પૂર્ણ ભક્તિ છે. આવા સુદ્ધાચરણી પુરૂષને દૈવી ચમત્કારો જણાય તેમા કંઈ નવાઈ સરખું નથી. તેઓ તરફથી તા. ૧૦-૧-૧૭ નો પત્ર મને મળ્યો છે તેમા તેઓ નીચે પ્રમાણે લખે છે “ ખરી શ્રદ્ધાનું રહસ્ય શું છે તે ભગવતીની કૃપા વગર સમજી શકાય એમ નથી અને સંચિત વગર તે બનવું હુલ્લમ. દૈવી અદ્ભૂત ચમત્કારનો ખીજો પણ દાખલો હું આપને જાહેર કરું છું” તે નીચે પ્રમાણે:- આ ગદ્ય દીવાલી પહેલાં કાઠીયાવાડ તામે વીરપુરથી મારા મિત્ર કવિરાજ ગૌરીશંકર ગોવિંદજી વિપ્ર અહીં લુગ આવેલા હતા. તેઓ ખીજો રથજો ઉતરેલા હતા પરંતુ તેઓ તે રથજો જમવા ખાવાના અને જરૂરી કામ પુરતા રહેતા હતા અને બાકીનો સંધજો વખત ધણે ભાગે મારે ત્યાં ગુજારતા હતા. એક દિવસે તેઓ રાત્રે મારે ત્યાં પૂજા કરવાના સમયપર આવેલા અને માતાજીના પુજન વખતે તેઓ મારી સાથે સામીલ હતા. પુજન કરી રહ્યા બાદ શ્રી મહામાયા ભગવતીને ખીજી પ્રસાદી સાથે મેં દુધનું નૈવેદ્ય કરેલું તે દુધ જે પાત્રમાં ધરાવેલું તે પાત્રમાંથી ખીજા પાત્રમાં રેડી કવિરાજને આપવું જોઈએ તેમ છતાં વાતચિતમાં સ્મરણ ન રહ્યાથી તે ખાલો કવિરાજના હાથમાં આપ્યો અને કવિરાજે તે દુધનો ખાલો મેઢિ માંડીને પીધો અને પાછું ફરીને તે પાત્ર મારા હાથમાં મુક્યું જેને જુલથી માતાજીની પુજનાં ખીજા પાત્રો સાથે થાલમાં વાતોની લેમાં મુક્યું જે થાલમાં શ્રી મહામાયા ભગવતીની પ્રતિમાને સ્નાન કરાવી સધરી રાખેલું તીર્થોદક એક ખાલામાં હતું ને તેના ઉપર ઢાંકણ ઢાંકેલું હતું. મેં કવિરાજવાળું પાત્ર મુક્યા બરાબર તીર્થોદક ઉપર ઢાંકેલું ઢાંકણું એકદમ ઉછીનીને ત્યાંથી ચાર કુટને અંતરે પડ્યું અને ઉડતાની સાથે એ ઢાંકણું જળે પડ્યું પાત્રની સાથે જોરથી ચોટીલું હોય અને તેને જોરથી કોઈ ઉખેડી ફેંકે ને જોયો અવાજ થાય તેનો અવાજ તેનો થયો હતો. તે પણ વાતો કરવાના જોસમાં મહારા ખ્યાલમાં કંઈ રહ્યું નહિ પણ શ્રી ભગવતીની પ્રેરણાથી તે પડેલું ઢાંકણું મેં જ્યારે ઉપાડ્યું તે વખતે મારી મનોવૃત્તિ ઠેકણે આવી અને મને ખ્યાલ થયો કે આ પચપાત્ર પરતું ઢાંકણું ઉછળવાનું કારણ શું છે? એ પાત્રમાં તો કંઈ બ્યાસ બર્થો નહોતો અને એવું કંઈ એ ઢાંકણું પચપાત્ર ઉપર ટાપટ કરી ઢાંકણું નહોતું કે જ્યાં તે પોતાની મેજે જોસથી ઉડી દુર જઈ પડે ને તેનો અવાજ થાય. પરંતુ શ્રી ભગવતીએ પોતાની પૂર્ણ દયાથી અને આ વાત પોતાને અજાણ્ય મતી હોવાથી મને એતવણી આપી કે આ અજાણ્ય દુધનું પાત્ર પુજની સામગ્રીના પાત્રોમાં રહ્યું તેવું આ પરિણામ છે. એ વાતની ખાત્રી થયાથી અમો જાને જણાએ માતાજીની સ્તુતિ શ્રેયોએ અપરાધ ક્ષમા કરવા કરી હતી. વળી ચાલતા અઠવાડીયામાં પણ એવોજ ખીજો ચમત્કાર જણાયો હતો પણ તે લખવાથી વધારે લંબાણ થાય માટે લખી તરદી આપતો નથી. અને સાધારણ ચમત્કારો તેના બાસ રૂપી વખતો વખત અને છે ઇત્યાદિ.”

આ ચાલુ જમાનામાં જે દાખલાઓ લખવામાં આવે છે. તેને માટે હજારો કુતર્ક કરવામાં આવે પરંતુ સત્ય બાળત લખવામાં બધા રાખવાનું કંઈ કારણ નથી.

મંત્રની સત્યતા માટે ડુંકે સુદત ઉપર મને જે અનુભવ શ્રેયોએ તે હકીકત આભર્યે પમાડે તેવી હતી જે વાંચકવર્ગના વિચાર માટે મુકું છું. મારાં પત્નીને ગયા શ્રાવણ માસમાં રાંધણું જેને એલોપથીક-વિદ્યામાં સાયેટીક કહે છે અને જેને દુઃસાધ્ય માનેલું છે તે થયું હતું. આ દર્દ એવી રીતનું થાય છે કે-આખા શરીરમાં મોઝામાં મોટી અને લાંબી સાયેટીક

નર્વે છે, જે નર્વે થાપામાંથી સાથળમા થઇ પગમાં ઠેક સુધી જાય છે. વૃદ્ધાવસ્થામાં અગર કેટલાંક કારણથી સુવાવસ્થામાં પણ એ નર્વમાં વિજ્ઞાતીય મળતો સચ્ચ થવાથી તેમાં અત્યંત દુઃખાનો થાય છે તે એટલે સુધી કે ઉમા રહેતાં પગ કાઢે છે, આખી નર્વમાં અસહ્ય દુઃખ થાય છે તેમાં ઝંઝણી અથવા કાઠીઓ ચડતી હોય એમ લાગે છે. આ દર્દથી ટટાર ઉમા રહી આલી શકાતું નથી તેથી કેટલાંકથી પણ વળી જવાય છે. આ દર્દમાં રાતે અત્યંત વેદના થાય છે ને નિદ્રા આવતી નથી. આ દર્દના ભોગ થઇ પડેલા સંખ્યાબધ દરદીઓ જોવામાં આવે છે. અને તે માટે અનેક જનની દવાઓ પીવાની કે ચોળવાની પણ નિષ્ફળ નીવડે છે.

મારા ઘરમાં આ દર્દની શરૂઆત ગયા શ્રાવણ માસથી થઇ હતી. પ્રથમ તો આ દર્દ ચોડે ચોડે શરૂ થયું હતું તે વખતે સંધીવા હશે તેમ કલ્પનામાં આગ્યું હતું. આ દરદ ઉપર લીનીમેન્ટો ચોળવામાં આવ્યાં હતાં. વિદ્યુતના પ્રયોગ કરતાં થોડો આરામ જણાતો પણ ફરી એક દર્દ શરૂ થતું તે પછી મારા પુત્રના લગ્ન સંબંધીની તૈયારી કરવામાં તેમને નડીયાદ રહેલું પડ્યું. રોઝથુ મંત્રાવાથી મટે છે એમ તેમના જણવામાં હોવાથી ત્રણ ચાર સ્થળે મંત્રાવી પણ કંઈજ અસર થઇ નહિ અને દરદ ઉત્તરોત્તર વધતું ગયું. ગયા માગશર માસમાં મારા પુત્રનું લગ્ન નડિયાદમાં થએલું તે વખતે તેમને આ દર્દની સખ્ત વેદના હતી. રાતે નિદ્રા આવતી નહિ ને હરવા કરવાનું ધણી મુશ્કેલીથી થતું. ડાળો પગ જેમાં દર્દ થતું હતું તે અત્યંત ભારે થયો હતો. ઉપાડવો પણ મુશ્કેલ હતો અને સીધા ઉમા રહી અલાતું નહોતું. છતાં પણ તેઓ નડિયાદથી ગયા પોસ માસ સુદ ૫ સુધી પરવારી શક્યાં નહોતાં. તેઓ નડિયાદ હતાં તે વખતે સંખ્યાબધ દવાઓનો ઉપયોગ કર્યો હતો. મઠા યોગરાજ યુગળ પણ કેટલોક વખત લીધો હતો પણ બહું ધૂણ પર લીધું જેવું હતું. મિતિ પોસ સુદ ૬ શનિવાર સંવત ૧૯૭૩ તા. ૩૦-૧૨-૧૬ ના રોજ હું અમદાવાદ ગયેશો તે વખતે તેઓ અમદાવાદ આવેલાં તેમને ચતી અસહ્ય વેદના જોઇ મનને પરિતાપ થતો હતો. શો ઉપાય કરવો તેને માટે વિચાર કરતાં આ દર્દ મઠાડવાને ચાર પાંચ ઉપવાસ કરાવવા એવો વિચાર થયો પરંતુ તેમ કરવા તેમણે ના પાડી. છેવટ ઉપચાર માટે વીસનગર આવવા મેં સલાહ આપી. મિતિ પોસ સુદ ૧૩ શનિવાર સંવત ૧૯૭૩ તા. ૬ જાનેવારી સન ૧૯૧૭ ના રોજ તેઓ વીસનગર આવ્યાં. તા. ૮ જાનેવારી સન ૧૯૧૭ ના રોજ રોઝથુ મંતરનાર વડનગરના નગારી આરોઠ પાસે મંત્રગવતાં ત્રણ દિવસ દર્દ નામુદ થએલું જણાયું ચોથા દિવસે હતું તેમજ થવા લાગ્યું. તે પછી ખેરાલુના જે સુસહમાન રોઝથુ મંતરવામાં પ્રખ્યાત હતા અને જેઓ હું ખેરાલુમાં ફોજદારી શીસ્તેદાર હતો તે વખતે નાની ઉંમરના હતા તેમના પિતા સાથે મારે અત્યંત પ્રીતિ હતી. તેમની પાસે મિતિ પોસ વડી ૬ રવિવાર સંવત ૧૯૭૩ તા. ૧૪-૧-૧૭ ના રોજ ગયેલા તેમણે મંત્ર બણી કામદાનો તીર પગ ઉપર ફેરવ્યો પરંતુ તેથી પણ કશો અસર થયેલ નહિ. તેથી મારી તથા તેમની શ્રદ્ધા મંત્ર ઉપરથી એકી થઇ કે દવા વગર મરવાતું નથી. મારો સ્વભાવ હમેશ સત્તની શોધ કરવાનો છે. પ્રયત્નમાં નિષ્ફળ થતાં હું નાહોદ થતો નથી અને ફરી પ્રયત્ન કરું છું. આવા મારા સ્વભાવથી મને કેટલીકવાર થઇ મળે છે તેથી વધારે પ્રયત્ન કરવાને મને મન થયું. મારાં પત્ની કહેવા લાગ્યાં કે મંત્રથી કંઈ થવાતું નથી. મિતિ પોસ વડી ૮ મંગળવાર સંવત ૧૯૭૩ તા. ૧૬ જાનેવારી સન ૧૯૧૭ રોજ સુમારે દશ

વાગતાની વખતે બનરમાં કામ સાર ગયો હતો. ત્યાં હું જુલતો ન હોઉં તો સવાળાના મીયાં ઇલામખાં અટકે દિવાન મને મળ્યા. તેઓ મહારા પાસે વડીલાતના સળધે બે ત્રણ વખત આવેલા તેથી મારે તેમની ઝોળખ હતી. સવાળાના મતાદાર કુટુંબના અને ખીન્ન રાંઝણ મંતરવામાં એકો ગણાય છે. મેં મહારા ધરની સઘળી રાંઝણની હકીકત કહી. તેમણે કહ્યું કે એક કલાકમાં હું એ દઈ મટાડી દઈશ. મને એમ લાગ્યું કે “એક બળામાં સો સાપ” જેવું હશે. મેં તેમનું હાસ્ય કર્યું. તેમણે મને કહ્યું કે અનુભવ કર્યા પછી ને કહેવું હોય તે કહેજો. જો કે રાંઝણના દરદીએ સામે પગલે મંત્રાવવા અમારે ત્યાં આવવું જોઈએ તો પણ તમારી સાથેના રનેહથી હું તમારે ત્યાંજ આવું છું એમ કહી તેઓ ઘેર આવ્યા. કુવાના કાંઠા ઉપરથી વગર બોલ્યા સાત ઠીકરીઓ લઈ આવવા કહ્યું ને તે લાવી આપી પછી તીર ને કામદું તથા એક પૈસાનો લોળાન, એક નાળાયેર અને પાશેર ગોળ લાવી આપવા કહ્યું અને તે અમે તુરત મંગાવી આપ્યો. તે પછીની એ રાજની હકીકત મારી નિત્ય નોંધ પોથીમાં લખેલી છે તે નીચે પ્રમાણે—

મિતિ પોસ વદી ૮ મંગળવાર સંવત ૧૯૭૩ તા. ૧૬ જાનેવારી સન ૧૯૧૭

“રાંઝણ મંતરવા માટે સવાળાના મીયાં આવ્યા હતા. તેમણે વીસનગરમાં ધર આગળ આવી, એક તીર રાંઝણવાળા પગે ફેરવી મંતરવાની ક્રિયા કરી હતી. લોળાનનો ધૂપ ચાલુ કર્યો હતો. મંતર ભણી ઠીકરીઓની દેરડીને મારી પાડી નાંખતા. અને ક્યાં સુધી ઉતરે છે તે પુછતા. મંત્રમાં કેટલો અદ્ભૂત અમત્કાર છે તે આ માણસે રાંઝણ મંતરી તે વખતે તેમને પડી હતી. રાંઝણ મંતરતી વખતે ઘણા માણસ ચક્ર આવી પડી જાય છે, ઝાડો પેશાબ થઈ જાય છે એમ લોક વદતિ હતી તેમ તે પણ કહેતા હતા અગર કેટલાક બેચુક થઈ જાય છે મહારા ધરમાં તેઓ વહેમો કે ખીકણ નહોતાં. છતાં મંતરતી વખતે તેમને પગમાં અત્યંત વેદના થવા લાગી તો પણ તેમણે તે ભાવ પ્રદર્શિત કર્યો નહોતો. ને શુ થાય છે તે તરફ તેમનું ધ્યાન હતું. મંતરતા પહેલાં તે પગ ઉપર ઘણા લેપ ને દવાઓ કરેલી તેથી દરદ દવાયકું ફરી શરૂ થયું હતું અને પગ હમણાં ફાટી જશે એમ તેમને લાગતું હતું એટલુંજ નહિ પણ ચક્ર આવે તેમ તેમને થવાથી નીસરણીનો કડો ને તેમની પાસે હતો તેને તેમણે પકડી લીધો. તેણે કહેલું કે રાંઝણનું દરદ ચાપાથી પગની આગળી સુધી ઉતરે છે કે નહીં તે વાત સત્ય કહેજો મારી શરમથી જીલું બોલશે તો દરદ રહી જશે. સાપ કે વીંછી કરડ્યો હોય તે ઉતારતાં જેમ દરદ કમી થઈ નીચે ઉતરવું જણાય છે તેમ દરદ થોડે થોડે નીચે ઉતરવું ગયું દરદ તે સ્થળેથી કમી થતું ગયું છેક પગના તળીયાએ થઈ આંગળીના ટેરે આવ્યું અને માત્ર અરધા કલાકમાં આખા પગનું દરદ જાણે હવુંજ નહિ તેમ થઈ ગયું. તેણે તાંબાની વીંટી મંતરી અગ્રહા પાસેની તર્જની આંગળીએ પહેરાવી. તેણે કહ્યું હવે તમારો પગ પહેલાં હતો તેવો હલકો ને દરદરહીત થયો છે કે નહીં તેની ખાત્રી માટે સપાટાથી નીસરણી ઉતરી થોડે ફરી પાછાં આવો. પછી તેઓ ઝપાટાબધ તેજ પગેથી ઉતરી થોડે દૂર જઈ આવ્યાં ને દરદ કમી થયું. આજના આખા દિવસમાં ને રાત્રિએ તેમને વિશ્રાંતિ જણાઈ હતી. મુકામ વીસનગર.”

મંત્રનો કેટલો તાત્કાલિક અમત્કાર છે એ સંબંધી મેં મારા “બાલાસ્તવન અને દૈવી અદ્ભૂત અમત્કાર”ના પુસ્તકમાં વર્ણન કરેલું છે. મારાં પત્નીને જે સાએટીકા જેવું દર્દ છે માસથી

હેરાન કરવું હતું અને કેટલીક દવાઓ કરતાં મટવું નહોતું તે દર્દ અરધા કલાકમાં નાશ પામી જાય અને હજી સુધી પણ ફરી જણાયું નથી. એવા મંત્ર માટે પણ અગ્રદા અને વહેમની નજરે શું આપણે જોવાનું છે? અને તેમ કરીએ તો પછી આપણે કાશીના પંડિતને જીતનાર જેવા કહેવાઈએ. એમ કહેવાય છે કે એક પંડિત આવી પોતાની માને કહ્યું કે હું કાશીના પંડિતને જીતી આવ્યો. માએ પુછ્યું કે શી રીતે? તેણે કહ્યું કે જે વાતના તેમણે આધાર બતાવ્યા તે ખોટા છે તે હું માનતોજ નથી એમ કહ્યા કર્યું, એટલે તેઓ થામ્યા. મંત્રની અસર થવામાં શ્રદ્ધા અને કરનાર માણસના દૃઢ સંકલ્પની જરૂર છે.

સ્વિપરીચ્છુએલીઝમ.

આ સંબંધે દૈવી સંદેશ નામના માસિકના જાન્યુઆરી સન ૧૯૧૩ ના અંકમાં નીચેનો ધ્યાન ખેંચનાર લેખ પ્રસિદ્ધ થયો છે.

બાળયોગી.

“હાલમાં એક બાળયોગી છે કે જે ઘણા મનુષ્યનું ધ્યાન અત્યાર સુધી વહેમ તરીકે મનાતી વસ્તુઓ તરફ ખેંચી રહ્યો છે. આ બાળક દક્ષિણમાં સાવતવાડીનો રહેવાસી છે, અને તેની ઉંમર ફક્ત ૧૩ વરસની છે. તે ગાંડ બ્રાહ્મણના કુળમાં જન્મ્યો છે, અને તેનું નામ નાશપણુ ગોવિંદ લાગવણુકર છે. આ બાળક નિશાળમાં તોફાન કરવા લાગ્યો તથા રખડાડ થયો તેથી તેને નિશાળમાંથી કાઢી મુકવામાં આવ્યો, તો પણ તેણે ઇચ્છીશ બે ધોરણ સુધી અભ્યાસ કર્યો, ત્યાર પછી એના મોટા ભાઈએ તેને પોતાના ધર્મામાં જોડ્યો છે.

તેની સાળીના શરીરમાં કોઈક જૂતે પ્રવેશ કર્યો હોય એમ માનુષ પડ્યું હતું; પણ જ્યારે એક વખત તે પોતાનાં સગાં વહાલાં સાથે મંદિરમાં દર્શનાર્થે ગયો હતા ત્યારે ત્યાંથી પાછા ફરતાં એકએક એક મહાન આનંદી શ્વેત મૂર્તિ જણાઈ. આ બનાવ પછી જ્યારે તે બાળક ઘેર આવ્યો ત્યારે તેણે પોતાની સાળીના શરીરમાં રહેલા જૂતને હુકમ કર્યો કે તારે ચાલ્યા જવું પણ તેણે તેમ કરવા ના પાડી પણ આખરે જ્યારે તેણે દયાથી કર્યું ત્યારે તે જૂત તેના શરીરમાંથી ચાલ્યું ગયું અને ફરીથી દેખાયું નથી.

આ બનાવ પછી તેણે એક વખત એકઠા થએલા ઘણા લોકોને સમજાવ્યું કે હાલમાં વર્ષ પહેલાં મારા કુટુંબમાં સીતારામ મહારાજ નામના પુરુષ થઈ ગયા છે, અને તેજ મહાન પુરુષે કોઈ મહાન ધાર્મિક સેવા કરવાને મારે શરીર પસંદ કર્યું છે, અને જણાવ્યું છે કે કેટલાક વખત પછી કોઈ મહાન પુરુષ મને લઈ જવાને આવશે ત્યારે તમારે કોઈએ તેમને અટકાવવા નહિ, તેમજ મને પરણાવવાનો વિચાર કરવો નહિ. અને તે બાળયોગી માટે એવું કહેવામાં આવે છે કે તે સંત પુરુષોના સંબંધમાં રહી પોતાનું આત્મિક જીવન ઉન્નત કરે છે.

ઉપર પ્રમાણેની અવિધિવાણી જણાવ્યા પછી કેટલેક વખતે જ્યારે તે એક વખતે બનન ગાતો હતા ત્યારે તેના બાજુ દેખાવ જાણે કે કોઈ અદ્યત્ત શક્તિએ આવી આપી હોય એમ બદલાતો જણાયો. ત્યાર પછી હમેશાં બનનની શરૂઆતમાં સીતારામની પ્રાર્થના કરવામાં આવે છે, તાળ અને મૃદંગ સાથે બજાવે ગવાય છે અને તે બાળયોગી રક્ષાક્ષની માળા તથા ચૂરો વગેરે છે. જ્યારે તે બજાવે ગાય છે ત્યારે બજાવે પૂરાં યર્તા સધી કલાકોના

કલાકો સુધી પોતાના શરીરને એક જ સ્થિતિમાં રાખે છે; અને ભજન ગાતી વખતે હમેશાં બીજા મનુષ્યો તરફ વાંકો વળી નીચું મોં રાખે છે અને આ સ્થિતિ તે ભજન પુરાં થતાં સુધી બદલતો નથી. તેના ભજન વચે બીલકુલ અટકાવ પડતો નથી. અને સમયાનુસાર નવાં ભજન પણ તે જોડે છે. આ બાળયોગી રામદાસ, તુકારામ, અને કપીરનાં પદો તથા ભજન ગાય છે, અને તે ઉપરાંત તેણે પોતે પણ અત્યાર સુધીમાં ૨૫૦૦ નવાં ભજન જોડ્યાં છે, અને તે કીર્તન બનાવવામાં પોતાની શક્તિ એવી બતાવે છે કે જાણે તે જન્મથી જ કવિત્વ શક્તિ સાથે જન્મ્યો ના હોય ! જો કે પોતે નિશાળમાં બરાબર શીખ્યો નહિં તો પણ આ બનાવ એની બાબતમાં ઘણો જ ચમત્કાર રૂપ લાગે છે. તે પોતાના બધા ભજનમાં નિર્દોષ પવિત્ર જીવન કેમ ગાળતું તે શીખવે છે અને મહાન પુરુષો સમજાવી શકે તેટલી સરળ અને સારી રીતે સમજાવે છે; અને જ્યારે તે બોલે છે ત્યારે બધા લોકો પ્રેમ અને માનના વિચારોથી ઉભરાઈ જાય છે, અને એકદમ સ્ફુરતામાં આવે છે.

આ બાળયોગી ભજન ગાતી વખતે લોકોના મન પર ટસાવે છે કે ઘણા જ યોગી, સમયમાં કોઈ પહેલાંના મહાન પુરુષ પૃથ્વી ઉપર જન્મ લેશે, અથવા તેમના વાસ્તે તૈયાર થએલી કોઈ વ્યક્તિ દ્વારા દુનિયાનો વિકાસ આગળ વધારવામાં મદદ કરવાને આવશે; અને બોધ આપે છે કે તે મહાન વ્યક્તિને મદદ કરવાને આપણે આપણાં શરીર અને મન શુદ્ધ બનાવવાં જોઈએ.

તેણે અને તેના ભાઈએ તેઓના ઘણા બધા કરી દીધા છે. અને એક વખત કીર્તનમાં જણાવ્યું હતું કે તે પોતે ઉત્તર તરફ યાત્રા માટે જનાર છે.”

આ લેખના મૂળ લેખકે આમાંના કેટલાક બનાવ જાતે જોયા છે. (ઇંગ્લેન્ડ ઉપરથી) મગનલાલ બેચરદાસ પટેલે ગયા જાનેવારી માસમાં ભૂતોના તોફાનો સંબંધે લખેલો લેખ તંત્રીના વાંચવામાં આવ્યો હતો તેથી તેમાં લખેલા સહઅહસ્યોને યતી પીડા બધા કરવા માટે મારું મન આકર્ષાયું હતું. તેમાં લખેલા બે ગૃહસ્થોને મેં તુરંત પત્ર લખ્યા હતા અને તે સાથે મેં નવમા વર્ષના અંક ૧૧ માં પૃષ્ઠ ૪૦૯ ઉપરનો સ્પિરીટ્યુએલીઝમનો લેખ જોવા માટે તે અંક બંને ગૃહસ્થો તરફ મોકલ્યો હતો. તેથી નાંદોદયી સ. સ. જગનદાસ કાલીદાસનો તા. ૩-૧-૧૭ નો જવાબ મને આવેલો કે “આપ સાહેબે પરમાર્થ કામ કરવા સંબંધે કાળજી ધરાવી લખેલો પત્ર તથા આપનું ધન્યવંતરી નામનું ચોપાનું મધ્યું છે જેથી આપનો ઘણો ઉપકાર મારા ઉપર થયો છે. તે વિશે આપના માગનો પ્રમાણે જવાબ આપુ છું કે પેપરમાં છપાવેલી હકીકત મારા ઘરમાં બની છે. અને બહુ જ દુખાંત થયું છે. આપના મારફતે મારા હોમને મલી આવ્યો છે તેણે ઉપાય કરવાથી તે દિવસથી આજ પંદર દિવસ થયાં કંઈ હકીકત બની નથી” વગેરે લખે છે. જો કે મેં સયાજી વિજયમાં આ હકીકત વાંચી હતી તો પણ નાંદોદયના કોઈ માણસને મળી તમામ હકીકત મેળવવા મારું મન દોરાયું હતું અને તે બાબતની તપાસ કરવામાં હું રોકાએલો હતો કારણ સત્ય શોધ કરવા તરફ મન હમેશાં આતુર રહે છે. મારા ૬૯ સંકલ્પને લીધે કહો કે અનાયાસ તા. ૨૧-૨-૧૭ ના રોજ હું અમદાવાદથી વીસનગર આવતો હતો તે વખતે મહેસાણા સ્ટેશનથી પુરુષોત્તમદાસ ગિરધરદાસ નાંદોદયાણીના મારે સંગાત થયો હતો. મેં તેમને પૂછ્યું કે તમે જગનદાસ કાલીદાસ નાંદોદયાણીને જાણખો છો ? તેમણે કહ્યું કે હા. હું તેમને જાણતો છું. હું ને તે એક જ

ખડીમા રહીએ છીએ ને તે મારા પાડોથી છે અને યોડા ફરના મામા થાય છે. મે કહ્યું કે મારે તેમના સંબંધી કેટલીક હકીકત જાણવાની છે તે તમે સાચેસાચી જાણવા કે જોવામાં અગર અનુભવમાં આવી હોય તે કહેશો? ત્યારે તેમણે હા પાડી. પછી મેં તેમને પુછ્યું કે તેમના અને બીજા સમયે સમાજવિજયમાં જે લેખ હતો તે વાત ખરી હતી? તેમણે કહ્યું કે હા. મે કહ્યું કે તમે પોતે મને પુછ્યું તે હકીકત કહો, તેમણે જે હકીકત મને પુરી પાડી તે નીચે પ્રમાણે છે.

જગનદાસ રામાનંદી છે. એમને ત્યાં ગયા જાનેવારી સન ૧૯૧૭ પહેલાં ચાર માસથી ભૂતો ધરના માણસોને પ્હોવરાવતાં હતાં. વળી ધરમાં ઝાડે ફરતાં હતાં. જગનદાસ તથા તેમનાં પત્ની દારકા યાત્રોએ એક મામ સુધી ગયાં હતા તેવામાં ધરમાં જગનદાસની દિકરી અને ભત્રીજાની વહુને રાતે પ્હોવરાવતાં હતાં. જગનદાસ તથા તેમનાં પત્ની યાત્રાએથી નારોદ આવ્યા પછી જગનદાસના ભત્રીજા મણિલાલના બે વર્ષના દિકરાને ભૂતોએ તેને તેની મા લઇ સુઇ રહી હતી ત્યાંથી લઈ જઈ કેઠીમાં સંતાડ્યો હતો. અને તેની માના મોઢામા કપડાના કુચા ધાલ્યા હતા. જગનદાસ દારકાની યાત્રાએ જઈ આવ્યા પછી લગભગ પંદર દિવસે એક રોજ સરારના આઠ વાર્ગતાં તેમની દીકરીની દીકરી બે માસનીને ધરમા ઘોડીયામાં સુવારી હતી. પોતે મેડા ઉપર પૂજા કરતા હતા. બેરોં ધર બહાર આગળમાં હતાં ઘોડીયા નીચે તાપ માટે કંઈ મુક્યું નહોતું. બાળકને સુવારી તેના ઉપર ઢકેલું કપડું ત્યાંથી લઈ ઘોડીયા નીચે મુક્યું. યોડા છેટે પાન પડેલું તે લાવી તેમાંથી તે કપડા ઉપર ઘાસતેલ ઝાંટ્યું અને દીવાસળીની પેટી લાવી કપડું સળગાવ્યું. તેથી ઘોડીયું ને તેને સુવારેલું બોધ્યું સળગ્યું. બાળક રોવા લાગ્યું બેરા દોડી આવ્યાં તેટલામાં છોકરી દાઝી બળી ગઈ ઘોડીયું બળી ગયું. છોકરીને દવાખાને લઇ ગયા ત્યાં સાંજે તેનું મરણ થયું હતું. છોકરી બગી ગઈ તેજ દિવસે બપોરના ત્રણ ચાર વાગતા એજ ધરના મેડા ઉપર ચોપાળા ઉપર ગોદડાં ખડકેલા તેમા આગ લડી તેથી ગોદડા સળગી ગયાં. તે પછી ત્રીજા દિવસે તેમના ધરથી ચોડે છેટે ગૌશાળા હતી તેમા કડબ ભરેલી દૂહતી અને ગાયવા-છડી બંધાતી હતી. દિવસના એક વાગતાની વખતે તેમાં આગ લગાડી હતી. ગાય તે વખતે મરવા ગઈ હતી વાછડીને ઘણી મહેનતે કાઢી હતી ગૌશાળા બળી ગઈ હતી. તે દિવસની રાતે જે છોકરી બળી ગઈ હતી તેની માને ઘણી પ્હોવરાવી હતી તેથી તે એક દિવસ તો ગાંડા જેવી રહી હતી. જગનદાસના ધરમાં બેરોં છોકરાં ભત્રીજાની વહુ વજોરેને સંપ છે અને તેઓ ધર્મીય અને દયાળુ છે જેથી આવું બપર દામ અદર અદરથી કરે તે સંભ-વીત નથી. મારા એક મિત્ર સોહજા તાબે પેટલાલના છે. તેઓએ મને ભૂતોથી હાલમાં ખ-નતા બનાવ માટે હકીકત અનુભવની કહી છે એ ગામના એક ઇસમને ત્યાં રાધેલા અમ્મ ઉપર વિશ્વા પડે છે ને ધરનાં માણસને ત્રાસ થાય છે. તે માણસને રૂબરૂ લાવી મેળવવા તેમણે મને કહ્યું છે.

ધર્મપુત્ર-રત્નન.

(અનુસંધાન જન્યુઆરીના પૃષ્ઠ ૪૦ થી.)

શરીરના સ્વાસ્થ્ય સાથે શરીરની ત્વચા પૂર્ણે પૂર્ણે સ્વચ્છ, નીરોગી તેમજ જોરદાર હોવી અવશ્ય છે. પંચ-ગાનેદ્રિયોમાં ત્વચા એ સ્પર્ષેન્દ્રિય સર્વ પ્રમુખ છે. કાનવડે સાંભળી શકાતું ન હોય કે નેત્રોથી દૂરનો પદાર્થ-સ્પષ્ટ દેખાતો ન હોય તથાપિ એ બંગો શરીરમાં હોવા છતાં શરીર સ્વાસ્થ્ય અથવા આરોગ્ય કાયમ રહી શકે છે. પરંતુ જો ત્વચા પૂર્ણરોગ-અયુક્ત ન હોય, ત્વચાનાં સર્વ કામો તેના તરફથી ચોક્કસ રીતે પાર પાડવાં અશક્ય થતાં જ શરીરનું સ્વાસ્થ્ય બગડ્યા શિવાય રહેતું નથી.

પરંતુ સ્પર્ષગાન એજ કંઈ ત્વગિન્દ્રિયનું મુખ્ય કાર્ય નથી. શરીરની અંદરના નળ, મૂત્રાશય તેમજ ફેફસાંની પેઠેજ ત્વચા એ એક શરીરમાં અશુદ્ધ તેમજ નિરૂપયોગી પદાર્થ બહાર કઢાડી નાખનારી મહત્ત્વની ઇન્દ્રિય છે. સાધારણ નીરોગી મનુષ્યની ત્વચામાંથી રોજ સરાસરી ૪૫ તોલા (રૂપિયાબાર) પાણી, ૩૦૦ ગ્રેન ઘનપદાર્થ બહાર પડે છે.

એવું પણ સિદ્ધ કરવામાં આવ્યું છે કે એક મનુષ્ય રોજ સરાસરી ૧૬ રતલ એટલે એક વર્ષમાં ૬૨૫ રતલ જેટલો મોલ્ટર્સજ ત્વચામાંથી કરે છે. એટલે ૮૦ વર્ષનો વૃદ્ધ મૃહસ્થ પોતાના આયુષ્યમાં ૫૦ હજાર પૌંડ અથવા ૧૫૬૫ બંગાલી મણ વળનનો ઘન તેમજ દ્રવ પદાર્થ પોતાના શરીરના સૂક્ષ્મ છિદ્રોમાંથી બહાર કાઢે છે. આ છિદ્રોનો વ્યાસ સામાન્યતઃ ૮૬ ઇંચ અને તેની અંદરની ધર્મ નલિકાનો વ્યાસ ૧૬ થી ૧૬ ઇંચ પર્યંત હોય છે. આ ૧૬ રોગો શરીરના બધાજ ભાગો ઉપર સરખા પ્રમાણમાં પસરાયલાં હોય છે એમ નહીં. તેની બધાના કરતાં વધારે સંખ્યા તેમજ વિસ્તૃતતા પણ સાપેક્ષતઃ હથેલીમાં અધિક હોય છે. આ વિશિષ્ટ ઠેકાણે તેની સંખ્યા દર ચોરસ ઇંચે સરાસરી ૨૭૩૬ થી ૩૫૨૮ પર્યંત હોય છે. હાથની પાછલી બાજુએ તેની સંખ્યા ૧૫૦૦, પગનાં તળીયાં ઉપર ૨૭૦૦, તેના ઉપલા ભાગ ઉપર ૧૨૫૮ અને ગાલ ઉપર ૫૪૮ હોય છે એવું સામાન્ય વિધાન કરી શકાય. જો આ છિદ્રો એક બીજાને જોડાઈને ફેલાય તો તે ૮ ચોરસ ઇંચ જેટલાં થશે અને તેની સંખ્યા લગભગ ૨૪ લક્ષ જેટલી થશે.

શરીરત્વચાના અંતરત્વચા અને બાહ્યત્વચા એવા બે થર હોય છે. જે પ્રત્યેક થર તદ્દન સૂક્ષ્મ તથા એવા અનેક થરોનો બનેલો હોય છે. અંતરત્વચા પણ નરમ, સ્વેતતંતુમય પરમાણુઓના સમૂહની મનેલી હોય છે. એમાંજ સૂક્ષ્મ રનાયુતંતુ પસરાયલાં હોય છે, એને લીધેજ ત્વચાનું આકૃત્યન થઈ શકે છે. એમાંજ અસંખ્ય સૂક્ષ્મ રક્તવાહિનીઓ તેમજ ગ્લાનતંતુ પણ ફેલાયલાં હોય છે. આ અંતરત્વચાનો પૃષ્ઠભાગ હવે નીચો હોય છે અને એને લીધેજ શરીરપર અને વિશેષતઃ આંગળાંની પાછલી બાજુએ ધણીજ કરચલીઓ પડેલી દેખાઈ આવે છે. અંતર-ત્વચાના અરબચડાપણાને લીધે બાહ્ય ત્વચામાં પણ એ અરબચડાપણું આવડું અપરિહાર્ય છે.

આ કરચલીની રક્ત વાહિનીઓમાંથીજ શરીરને ઉંચરડો થતાં રક્ત વહેવા લાગે છે. બાહ્યત્વચામાં આવી વાહિનીઓ બીજકુલ નથી. બાહ્યત્વચાના કોઈ પણ થરને દુઃખ સવેદના થાય છે તે બાહ્યત્વચાને લીધે અંતરત્વચા ઉપર પરિણામ-અસર-થઈને અંતરત્વચામાંજ થતી હોય છે.

(અપૂર્ણ)

"Oh trust in God who takes his stand,

He surely has not built on sand."

જો માનવી કેવળ ધર્મ ઉપરજ વિશ્વાસ રાખે. કારણ કે જે તેવા વિશ્વાસ ઉપરજ પોતાના જીવનની ધારાત ઊભી કરે છે તેની મહેનત રેતીની ઉપર ઘર બાંધનાર મનુષ્યની માફક નિષ્ફળ નિવડતી નથી. આમ છતાં 'સાયન્સ' અને 'સુધારા'ના મિથ્યાકંઠર અને મોહમાં આપણે ધર્મને લેખામાં ગણતા નથી, વ્યાધિ નિવારણમાં કુદરત કે ધર્મની ઉપાસનાને આપણે આવશ્યક લેખતા નથી, પણ ફક્ત સ્થૂળ શરીરમાં જડ ઝેરી દવાઓ દાખલ કરી આરોગ્ય અને ધર્મીય સંપ્રાપ્ત કરવાની ઉમેદ રાખ્યા કરીએ છીએ, અને તેમ કરી પોતાને સુધરેલા Civilized માનીએ છીએ. પરંતુ આધિ-વ્યાધિ-ઉપાધિ, આધિભૌતિક, આધિદૈવિક, અને આધ્યાત્મિક એવા ત્રિવિધ તાપોથી પરિતપ્ત એવાં સર્વે માનવ બંધુઓ અને ભગિનીઓને મારી નાખી વિનાશી, આમલપૂર્વક પ્રાર્થના, છે કે અન્ય માર્ગે ફાકટ શંકાં મારવાં મૂઝી દેઈ આરોગ્યને લગતા ધર્મરૂઢ નિયમોને પુનઃ અનુસરવા લાગો, ઉન્નત ધર્મીયોને લાડ લાગવી તેવા ભોગોને લીધે રોગોના ભોગ પોતે બનતા અટકે, કુદરતના સીધા સુખના માર્ગ તરફ પુનઃ વળો, અને શારીરિક કે ઇતર વિપદના વખતે કેવળ પરમાત્મા પરજ શ્રદ્ધા રાખો એટલે તે દયાળુ પ્રભુ "જાયતે મહતો મયાત્" મહાન બળ અને દુઃખ-માર્થી તમને બચાવી લેશે.

હાલના કુદરત વિરુદ્ધતા, કૃત્રિમ, જીવનવ્યવહારમાં રચ્યાપચ્યા જનસમાજને નૈસર્ગિક નિપમાનુકૂલ, સાદા, સરળ, જીવન તરફ લાવવાનું કામ મુશ્કેલ છે ખરું, પરંતુ એક વખત જે મનુષ્ય આવા જીવનનો બરોબર સ્વાદ આપી જીએ છે, તે તેના સદાનો ભક્ત બન્યા વિના રહેતો નથી, એવી તેમાં મજા અને સ્વાતંત્ર્યસુખ રહેલાં છે. શ્રદ્ધા, ખત, સહનશીલતા, અને નિઃકરતાવડે કુદરત દેવીની ઉપાસના કરતે કરતે જેઓનાં જ્ઞાનચક્ષુ ઉપરનાં પડળ એક વખત દૂર થાય છે, તેને માટે આરોગ્યશાસ્ત્ર અને આધ્યાત્મિકશાસ્ત્ર વિશેના સર્વ શુભવાક્ય જાતા રહે છે, અને પોતાના અંતરની પ્રેરણાને સ્પષ્ટ રીતે સાંભળતો અને અનુસરતો તે થાય છે. આરોગ્યશાસ્ત્રના અને ધર્મશાસ્ત્રના સૂક્ષ્મમાં સૂક્ષ્મ નિયમોને તે સ્વાભાવિક રીતે અને આનંદથી અનુસરે છે, કારણ કે ખરું સુખ અને સ્વાતંત્ર્ય તે તેમાંજ જીએ છે. રોગ-દુઃખ દારિદ્ર્યની બેડીઓ તેના પરથી આપોઆપ ખરી પડે છે.

જો સાધારણ અને કંઈ પણ શક્તિ વગરના બૂલ કરે એવા માણસ ઉપર વિશ્વાસ રાખવાથી પણ રોગ મટે છે, તોપણ સર્વશક્તિમાન, સર્વજ્ઞ, અને સર્વદા શિવ (કથાણુ) કરનાર પરમેશ્વર કે જેણે જગતને ઉત્પન્ન કર્યું છે ને નિભાવે છે; જે સૂર્ય અને ચંદ્રને ગતિ આપે છે, અને જે દરેક માણસના ભાવિને પોતાના હાથમાં રાખે છે, તેવા ઉપર બરોસો રાખે તો કેટલો બધો ફાયદો થાય એ બાબત વિચાર કરો !

પરંતુ હાલના જમાનામાં આપણે પરમેશ્વરના અસ્તિત્વને તો ધ્યાનમાં લેતા નથી; ધર્મ-રતી-જરૂરજ આપણને જણાતી નથી. કેટલા બધા દાક્તરો દરેક મટાડવાનો ધધો લાઇ બેઠા છે, અને વિજ્ઞાનશાસ્ત્ર એટલું બધું વધી ગયું છે કે જેથી પરમેશ્વરની જરૂર આપણી કલ્પનામાંથી આવતી નથી ! શોક ! શોક !

જે લોકો દરેકથી પીડાય છે તેમને હું તો કહું છું કે માણસ જાતની શક્તિ ઉપર આધાર નહિ રાખતાં મહાન પ્રભુપર બરોસો રાખો, કુદરતના હાથ કે જે પરમેશ્વરનાજ

— કાયદા છે તે કાયદા પ્રમાણે વર્તો, અને જો પ્રભુમાં ખરો વિશ્વાસ રાખશો તો ખચીત તમારા દુઃખો અને દરદો જલદીથી નાશ પામશે.

ખરેખરતો હાલના બાહ્યાડખરી અને પૌરાણિક ધર્મ તથા હાલના જુદા જુદા પંથો પરમેશ્વરની પૂજા અને આત્માની ઉન્નતિ માટે જે રીતે ધર્મના સિદ્ધાંતો ચલાવે છે તે રીતે આપણે ઉચ્ચતર સ્થિતિએ પહોંચવાનો મંભવ નથી.

મેં ઘણી વખત બતાવ્યું છે કે પોતાની જાતનાજ માણસોની સહાનુભૂતિ અને કરુણા-દૃષ્ટિથી દરદીના દર્દમાં ઘણી શાન્તિ મળે છે. ઘણી વખત તો સારા અને યોગ્ય માણસો પોતાના હાથ જો દરદીના દુઃખતા ભાગ ઉપર મુકે છે તો તેજ વખત રહીત મળવા જેવું દરદીને થાય છે. જીસસ ક્રીષ્ટ પોતાના હાથ રોગી ભાગપર ફેરવીનેજ લોકોનાં દરદ મટાડતા એ વાત ધ્યાનમાં રાખો. યોગ્ય, શુભેચ્છક અને તંદુરસ્ત માણસો દરદીનાં શરીરને યોગ્ય-વાથી, ચાખડવાથી અને ઠંડપવાથી ઘણી વખત આરામ આપે છે. સ્પર્શથીજ તંદુરસ્ત માણસ દરદીના શરીરમાં તંદુરસ્તી દાખવ કરે છે, અને દરદીના શરીરમાંથી દરદ ખેંચી લે છે. છતાં તેમ કરવાથી તંદુરસ્ત માણસને દરદ થતું નથી, પ્રેમ અને દયાનું તે કામ હોવાથી તેને ઉલટો લાભ થાય છે.

આરે કોઈ અંગ ભાંયું હોય અને હાડકું ખસી ગયું હોય ત્યારે બીજા લોકોએ તે તેના મૂળ અસલ સ્થાનમાં બેસાડવું જોઈએ, અને તે પછી માટીનું બંધાણ કે તેવું કંઈ કરવું જોઈએ. વળી બીજી ઘણી રીતે દરદી તરફ માયા બતાવવાથી સારો ફાયદો થાય છે. જો આવી રીતે ખરી માયા બતાવવામાં આવે છે તો કુદરત ઘણી વખત ધાર્યા કરતાં વધારે શાન્તિ અને રહીત આપે છે. આ બધી હકીકત ઉપરથી કોઈએ પોતાની જાદગી બચાવવાનું અને રોગ મટાડવાનું કામ બીજાને વગર વિચારે એાપી દેવાનું નથી. આનો અર્થ એવો નથી કે દરેક માણસ પોતે પોતાનો ઉપચારક કે વૈદ્ય થઈ શકે નહિ.

નૈસર્ગિક ઉપચારની પદ્ધતિ હાલમાં બહુ લોકપ્રિય થતી જાય છે. તેને પરિણામે તે પદ્ધતિના હીમાયતીઓ વિરૂદ્ધ દવા વાપરનારા દાકતરો હુમલા કરે છે અને દલીલ કરે છે કે વૈદકશાસ્ત્ર (medical science) ના હિત માટે અમેા આવા હુમલા કરીએ છીએ. પરંતુ ખરેખર દરદ બોગવતા દરદીઓ માટે કોઈ પણ લડત ચલાવતું નથી, પરંતુ હાલનો જમાનોજ આવી રીતે પરમાર્થના નામે સ્વાર્થ સાધવાનો થઈ ગયો છે ! !

દાકતરો વૈદોની અને નૈસર્ગિક ઉપચારવડે દરદો મટાડવાની પદ્ધતિ વિરૂદ્ધ પોતાથી બને તેટલું કરે છે અને પોલીસની તથા કાયદાની મદદ પણ લે છે. આ પ્રમાણે બીજા લોકની મદદ માગવી તે તેમને માટે બહુ સારું કહેવાય નહિ. પરંતુ નેચરોપથી એટલે નૈસર્ગિક ઉપચાર પદ્ધતિને-પોતાની સત્યતાને લીધે આવા હુમલાથી કંઈ ખમવું પડશે નહોં. અને આ લડતના પરિણામે તે વધારે બળવત્તર થશે ત્યારેજ દાકતરોને પોતાના સ્વાર્થની ખાતર કુદરત તરફ વધારે ધ્યાન આપવું પડશે. અને આ બધી લડતનું છેવટનું પરિણામ એ થશે કે દવા વાપરનાર દરેક દાકતર નકામા થઈ પડશે અને સૌ સૌ પોતે પોતાના ઉપચારક થવાનું પસંદ કરશે.

અલગજત શરૂઆતમાં જે લોકોમાં તે ખરેખર જીરુસો અને યુદ્ધિ આવી હોય તેમણે બીજા લોકોને કુદરત અને તેની મુદ મીડી વાણી સંભળનાં અને સમજનાં શીખવવું જોઈએ

અને તેમણે બીજાઓને આ પ્રમાણે શીખવવાથીજ તેઓ બધા સ્વતંત્રતા, સુખ અને તં-
દુરસ્તી પ્રાપ્ત કરશે, હું જે દરેક જણને શીખવું છું તે ઉપરથી દરેક જણ કોઈ દરદમાંથી
મુક્ત થવા માટે થોડા વખત સાર અથવા આ પૃથ્વી ઉપરનું ઉત્તમ સુખ મેળવવા સારું હ-
મેશને માટે, કુદરતી ઉપચાર કરવા તનવીજ કરી શકશે. માત્ર તેણે આ પ્રયાસમાં
મક્કમ રહેવું જોઈએ અને બીજા દવાના હીમાયતી દાકતરો કે બીજા સાધારણ લોકો કે
સ્વાર્થી પુરોહીતો શીખવણી તરફ ધ્યાન રાખવું જોઈએ નહિ.

કૃષિ વિદ્યા (ખેતી), કૃષ્ણકૃષ્ણાદિનો ઉછેર, ગ્રાણીવૈદક અને

જીવતાં ગ્રાણી ઉપર થતા ઘાતકી પ્રયોગો વિષે.

મે અગાઉ બતાવ્યું છે કે કુદરત પ્રથમ તો બધા લોકોને બીજા પ્રાણીઓની માફક
રાજીબુધીથી આયોઆય ખોરાક આપતી હતી. અને મેં ઘણી વખત બતાવ્યું પણ છે કે
માણસો કેવી રીતે કુદરતની આગા તરફ ખેંચાઈ ચાલે છે,

ખેતીવાડી—કે જેમાં જાતવરોને શુદ્ધામીમાં ઉછેરવાના કામનો સમાવેશ થાય છે તે
પ્રથમથીજ એક સમૂહ છે. કુદરતથી દુર થવા માટે થયેલ એ એક શ્રાપ સમાન છે. સખત
મજુરી, મહેનત અને ચિંતા એ ત્રણે બાબતો ખેતીવાડીની સાથેજ રહેલાં છે.

“ તારે માટે જમીનને પણ શ્રાપ છે તારે તારી જીવગી બર તેમાંથી મહેનત કરીને
ખાવાનું છે—” (બાઇબલના ઉત્પત્તિ પ્રકરણના અધ્યાય ત્રીજાના શ્લોક ૧૭.) જમીન
ખેડી શુન્દરાન કરનારે તો તેથી કોઈ દિવસ સુખ અને શાંતિ અને નિવૃત્તિ ભોગ-
વવાની નથી.

છેલા પચાસ વર્ષમાં ખેતીવાડી સંબંધે ઘણાજ તુકસાન કરનારો ફેરફાર થઈ ગયો છે.
નાની નાની જમીનોના ટુકડા એ બધા એકઠા કરી મોટા ટુકડા કરવામાં આવ્યા છે. આવું
થવાથી જે નાની જમીનોના પ્રજા વગેરે વગર ખેડેલા ગ્રેહતા તે હવે ઉપયોગમાં લેવાય છે.
અને ઝાડો તથા નાની ઝાડીઓ ન થવા જેવાની તનવીજ થાય છે. કારણ તેમ થવાથી પક્ષી-
ઓને ખેસવાની અને તેમની સંખ્યામાં વધારો થવાની સવડ મળતી નથી. અને અવખત
પક્ષીઓ પોતાનું શુન્દરાન ખેતરોમાંથી ચલાવતા જે વાત પણ ખેડુતોને ઓછી પસંદ છે.

હવે તો ગૌચર જમીન અને નીલી બીકની જગ્યાઓ પણ ખેડાણુ થઈ ગઈ છે. જાત-
વરો અને ખાસ ગાયોને જગલમાં ચરાવવાનું તેથી કરીને બધ થયું છે જેથી ગાયો તેમના
જન્મથી તે મરણ સુધી એકજ જગ્યાએ રહે છે. અને હરવા ફરવાનું તેમને બધ થતું જાય
છે તે પણ એક કુદરતી છે. અને જગલની શોભા તદન જતી રહી છે. આ બધાંનું કારણ
જમીનના માલીકો જમીન અને ખેતીમાંથી જેમ અને તેમ વધારે પૈસા ભેગા કરવા માગે
છે એ છે. અને આવાજ કારણે સર જુદા જુદા હથીયારો અને ઓળોરો શોધવામાં આવે
છે. ઢોરને તખેલામાં ખવરાવવામાં આવે છે તે પણ કુદરતના નિકર છે. આ બધું પરિણામ
માત્ર પૈસા મેળવવા માટેનાં ફાંદોને લઈને છે. બીચારા ખેડુતોને આખો દિવસ ખેતી કરવામાં
તનતોડ મહેનત કરવી પડે છે. અને બ્યારે તે જરા આરામ—થાક ખાવા થોભે છે ત્યારે
લીધું જંગલ—ઝાડો—છોડાની ઝાડીઓ કંઈ તેની આંખને આનંદ આપતું નથી. વળી
નાનાં પ્રકારનાં પક્ષીઓ પોતાનાં મધુર ગીતથી ખેડુતને ઉત્તેજન પણ આપતાં નથી. ખરે-
ખર હાલના ધનાઢય ખેડુતોનું એ જીવન તો બહુ કંગાલ હોય છે. આવી રીતે કુદરત

૭૬ કુદરતી-નૈસર્ગિક જીવન પ્રતિ પુનરાગમન એ સ્વર્ગીય સુખની પુનઃ પ્રાપ્તિનો અમોઘ ઉપાય છે.

વિશ્વ પાટ તૈયાર થતો હોવાથી તે વધારે થાય છે તોપણ તંદુરસ્તીને જોઈએ તેટલો ફાયદો કરતો નથી.

આગળ તો ખેડુતો દુધ ઉપર વધારે ગુજરાન કરતા. અને દુધ વધારે પુષ્ટિકારક હતું. હવે તો કેટલાકો માંસાહાર પણ કરે છે તેથી તેમને વધારે નુકસાન થવાનો સંભવ છે. તેઓ-એ ખીજ કેટલીક અકુદરતી ટેવો અને દુર્બંસનો ગ્રહણ કર્યા છે. તેઓને પૈસા વધારે મળે તેથી આમ થાય છે. કપડાં લત્તાની બાબતમાં પણ તેવો જ ફેરફાર થયો છે. અને શરીરને હાનિકર્તી મોજશોખ પણ દાખલ થઈ છે. છોકરા છોકરીઓને વિજ્ઞાનના શિક્ષણ (scientific education) માટે હાઈસ્કૂલમાં બહુ મોકલવામાં આવે છે. બંન્નાં જુઓ ત્યાં ખેતીની નિશાળો, ડેરી, સ્કૂલ, અને એવી જુદી જુદી સ્કુલો છે. અને છોકરાંઓને “સુધરેલાં” અને “કેવાયેલાં” દરવાની તબ્બીબ ચાલે છે.

પરંતુ આ બધું છે છતાં ગામડાંના લોકોમાં સુખ પેદા થયું નથી. જુદી જુદી જાતનાં દરો અને ખીમારી કે જે ઘરડાંઓના ખ્યાલમાં પણ નથી તેવાં દરો પેદા થયાં છે. અને પાપ, દુર્ગુણ અને બિગાડ બંન્નાં જુઓ ત્યાં દાખલ થયેલ છે. જે પવિત્રતા પ્રથમ હતી તે જતી રહી છે. અને ગામડાંઓમાં શાંતિ અને સતોષ હતાં તેનો નાશ થયો છે. આવા સુધારાથી પ્રથમ તો ગામડાંના ખેડુતોની સ્થિતિ સુધરશે એમ માનવામાં આવતું હતું પરંતુ ઉલટું બંન્નાં જુઓ ત્યાં ભુખમરો અને તંગી નજરે પડે છે. અને ખેડુતો આ બાબતમાં પોતે પોતાની જૂલ સમજતા નથી, અને ખીજઓ ઉપર આ બાબતમાં જવાબદારી ઢોળી પાડે છે, અને તેથી રાજ્યને ધણી તકલીફ વેઠવી પડે છે. આ બધી પીડાને એક જ ઉપાય છે તે—

“કુદરત પ્રતિ પુનરાગમન”

પ્રથમ તો ખેડુતોએ દ્રવ્યક્ષેત્ર અને મોજમગ્નહ પાતર સુધરેલી ખેતીના શિક્ષણ તરફ વળવું જોઈએ નહિ. જે પુષ્કળ દ્રવ્ય અને મોજશોખ છે તેથી ઉલટું નુકસાન છે. તેમણે તો “સાદી જીંદગી અને થોડી જરૂરીયાત” તરફ જવું જોઈએ. તોજ તેઓ સુખ અને ફિકર વગર જીંદગી ગાળી શકશે.

ખેડુનો આ વાત લક્ષમાં તરતજ લેશે, એવી આશા રાખવાની નથી. પરંતુ દરેક માણસે—વધારે સુખ, શાંતિ અને સતોષનો પાયો નાંખવો જોઈએ.

હું ખેડુતોને બલામણુ કહું છું કે તેઓએ ફોજો પેદા કરવાની તબ્બીબ કરવી જોઈએ. તેથી ખેતી કરવા કરતાં વધારે આનંદ આવશે.

બ્યારે ખેડુતો ફોજો પેદા કરવા તરફ પોતાનું ધ્યાન ખરેખર રીતે આપશે ત્યારે તેમણે પોતાના હિતનું પ્રથમ પગલું બંધુ એમ કહેવાશે. હાલ તો ગાજર, શલગમ, બાંગ, ગાંબો, તમાકુ, અરીસુની ખેતી કરવામાં તેઓ રોકાય છે ને પરિણામે તેમાંથી દરદ અને દુઃખ પેદા થાય છે. અને આવા પોકમાંથી જે પૈસા પ્રાપ્ત થાય છે તે પાપની મુડી હોવાથી તેનાથી શ્રેય થતું નથી. અનાજને બદલે ફળની ખેતી કરવાથી એક એવા સુધારાની પ્રવૃત્તિને મદદ મળશે કે જેના વડે મનુષ્ય જાત રોગ દુઃખ, અને ચિંતામાંથી મુક્ત થઈ શાંતિ અને સુખ પ્રાપ્ત કરશે. આ રીતે તમાકુ, અરીસુ અને અનાજના ફળને બદલે ફળપુલ ઉગાડવાથી પરમેશ્વર પણ પ્રસન્ન થશે અને તેવા ખેડુતોનું તથા તેમને સહાય કરનારનું સર્વ પ્રકારે દયાણુ થશે.

વળી દરેક માણસ જાણે છે કે હાથમાં ફળની ખપત વધારે છે અને તે દિવસોદિવસ દિશ્મતમાં પણ વધતી જાય છે. વળી જે લોકોને કુદરતી જીવન અને કુદરતી ઉપચારની પદ્ધતિની ખબર નથી તેઓ પણ ફળો ખાવા તરફ વધારે મન કરે છે, એજ ખતાવી આપે છે કે હવે લોકો જાણે અજાણે પણ કુદરતી જીવન તરફ પાછા વળે છે. ફળોની માગણી દિવસો દિવસ વધતી જશે, તેથી જેઓ હાલમાં ફળો ઉછેરવા તરફ રોકાશે અને ખીજ બાજુ પોતાની હાજતો ઠીક કરશે તેઓ ખચીત સુખી થશે. શરૂઆતથીજ સારો ફાયદો મળે તેવી રીતે ફળનો પાક લેતાં લોકોને શીખવી શકાય તેવું છે. કેરી, કેળાં, સીતાફળ, જાંબુ, જામફળ, ખેર, શેહરુર, ફણસ, ટેડી, તરબુચ, કાકડી, કાજુ, મગફળી, કેળાં, ખીયાં, નાળાયેર, ખારેક, બપૈયા કે એરંડાકાકડી, અંજીર, અન્નનાસ ઇત્યાદિનું વાવેતર અને ઉછેર એવી રીતે કરવાં કે બારે માસ કોઈ ને કોઈ પ્રકારનો પાક ઉતર્યાજ કરે, અને પહેલાજ વર્ષથી આવક થવા લાગે. આ પ્રમાણે ફળનાં ઝાડ વાવવાથી પહેલેથીજ સારો ફાયદો થઈ કમાઈનો ધંધો થશે. ફળો ઉછેરવામાં પણ કુદરત વિરૂદ્ધ કંઈ કરવું જોઈએ નહિ. દરેક કામ કુદરતની ઇચ્છા સુજળ કરવું તો તરતજ ખરી રીત ધ્યાનમાં આવશે.

“Nuts=નટ્સ” એટલે બદામ, મગફળી, કાજુ, ટોપર, અખરોટ જેવા સુકા મેવાનાં ઝાડ ઉછેરવાની હું ખાસ બવામણુ કરે છું-જંગલ સાથે સંબંધ રાખનારાઓ “Hazel-nut-હઝલનટ” ને તો તુકમાનકારક ચીજ ગણે છે. આ ફળ પત્થરવાળી જમીન અને ઉજડ કુંગરાઉ જમીન ઉપર પણ ઉગી શકે છે. જ્યાં ખીજ કોઈ જાતની વનસ્પતિ ઉગતી નથી. છતાં તેવી જગ્યાએ પણ તેને ઉગવા દેવામાં આવતી નથી, જંગલમાં જેવી રીતે ખીજાં ઝાડો ઉગાડવામાં આવે છે તેવી રીતે આ ફળને ઉછેરતા નથી. જો કે આ ફળો માણસ જાતની તંદુરસ્તી અને દૈવતને માટે ઉપયોગી છે. આવી રીતે કુદરત વિરૂદ્ધ વર્તન કરવાથી અને જે ખોરાક શરીરને બહુ ઉપયોગી નથી તેવા ખોરાકનાં ઝાડો ઉછેરવામાં પ્રયાસ કરવામાં આવે છે તો પછી પૃથ્વી ઉપર આટલી બધી દરિદ્રતા અને દરદો જેવામાં આવે છે તેમાં કંઈ અજાયબ જેવું છે કે ?

સુકાં ફળોનાં ઝાડો વાવવાનું શરૂ કરવું જોઈએ તેથી ખેતરો પણ સારાં સુરોભીત જણાશે અને માણસ જાત પણ સશક્ત અને સુખી નીવડશે.

જીવના વખતના લોકો પોતાનાં બરણ્યોપણુ માટે કુદરત ઉપર આધાર રાખતા હતા. પરંતુ પાછળથી માદક પદાર્થો અને તેવીજ ખીજ કુદરત વિરૂદ્ધની ચીજોનો ઉપયોગ કરવા લાગ્યા જેને પરિણામે બધા લોકો દુઃખી અને કંગાલ જેવા થયા છે. જો કે અંદરનો મિત્તાડ જાહેરમાં ભૂલ ભરેલા ચળકાટના સ્વરૂપમાં દેખાય છે.

માણસ જાતની કુદરત વિરૂદ્ધ આટલી બધી લડત છે છતાં કુદરત પત્થરની જગા અને કુંગરો ઉપર સુકાં ફળો (નટ્સ-Nuts) નાં ઝાડ આપોઆપ પેદા કરે છે. એટલે જે સારી જગા અને ખેતરોમાં નકામાં અને તુકમાનકારક ઝાડો ઉગાડવામાં આવે છે તેને બદલે જો સુકાં ફળો ઉગે તો યોગ્ય વખતમાં માણસ જાતને માટે જોઈએ તેટલાં ફળો મળે, કે જેના ઉપર માણસોના ખોરાકનો ખરો આધાર છે. સુકાં ફળો બારે મહીના ખાઈ શકાય છે. જો ઉપર મુજબ માણસના ખોરાક માટે જોઈએ તેટલાં ફળો (Nuts) મળી શકે તો પછી

૩૮ કુદરતી-નૈસર્ગિક જીવન પ્રતિ પુનરાગમન એ સ્વર્ગીય સુખની પુનઃપ્રાપ્તિનો અમોઘ ઉપાય છે.

નકામી હાજતો અને ચિંતાભાવી દૂર થઈ શકાય તેવું છે એ શું માણસો નેષ શકશે નહિ ?

દરેક જણે તેટલા માટે ખાનગી અને જડેર જગામાં ફળોનો પાક થાય તેવી તજવીજ કરવી જોઈએ. ઉપર સુકાં ફળો (Nuts) ને માટે જે જે ઠંલું તેજ (Berries) બેર જેવાં ફળોને લાગુ પડે છે. આવાં ઝાડો તરફ માણસે સારી લાગણી ધરાવવી જોઈએ. ગામડાના કોકો જેઓ પોતાના કુટુંબના ભલા માટે ઇચ્છા રાખે છે, જેઓ ખોટી મોટાઈ માગતા નથી, જેઓ ખરૂં સુખ લેવા અને શાંતિ ભોગવવા માગે છે. તેઓ આ પ્રમાણે ફળોના પાક તરફ લક્ષ આપશે તો સુખી થશે આમ કરવાથી તેને થોડી જમીન ખેડવાની જરૂર પડશે. વધારાની જમીન વેચી નાંખી શકશે. વળી બાંહે મજુરો લાવવા પડશે નહિ. તેમજ જનવરોની પણ ખુબ જરૂર પડશે નહિ. આ પ્રમાણે આધારણ માનથી પણ ખેડતો જેઓ સુખી થવા માગતા હશે તેઓ ફળના પાક તરફ દોરાશે તો જમીન ઉપર સ્વર્ગ પેદા કરી શકશે.

માણસ જાતની જનવરો તરફ પણ કેટલી પવિત્ર દ્રશ્ય છે. જનવરો પણ પ્રભુએ બનાવ્યાં છે તો તેઓ માંદાં હોય ત્યારે તેમના ઉપર દયા કરી જોઈએ. પરંતુ હમણાં તો પ્રાણીઓ ને કે માણસને દરેક રીતે મદદ કરે છે તોપણ ઉપર બનાવ્યા સુખ્ય તેમને કુદરત વિરુદ્ધ રીતે અને શુવામીમાં ઉછેરવામાં આવે છે. આ બાબતમાં પણ ખરો રસ્તો બતાવવા અમને પ્રભુ શક્તિ આપે એવું ઇચ્છીએ છીએ. જનવરોમાં પણ ઘણાં દરદો તો ખેતીની ખોટી રીત અને તબેલામાં ગોંધી મેલવાથી થાય છે. ને માણસ જાતને જનવરોની માફક હરફર કરી શકે નહિ તેવી રીતે બાંધી મેલવામાં આવે અને તેને પોતાના મળની ખરાબ વાસ શ્વાસમાં લેવાની દરજ ખાડવામાં આવે તો આપણે માણસ જાત ઉપર ખુબજ બુદ્ધિમંદ કરીએ છીએ એમ શું નહિ કહેવાય ? માણસો આ પ્રમાણે પ્રાણીઓ વિરુદ્ધ પાપ કરે છે તો પરમેશ્વર તેના બદલો કેમ ન આપે ? જનવરોને તેટલા માટે ખુલ્લી હવામાં ફરવા દેવાં જોઈએ અને બધેજ તબેલાઓમાં રાખવાં જોઈએ નહિ. સામાન્ય ગોચર જમીન રાખવાની પદ્ધતિ ફરી દાખલ થવી જોઈએ તેમ ન બની શકે તો દરેક ખેડતે પોતાની કેટલીક જમીન ગોચર તરીકે રાખવી જોઈએ કે જ્યાં તેનાં દોર હરીફરી શકે. અને ઘણાં દરદોમાં તો માત્ર ખુરી જમીનમાં હરવાફરવાથી જનવરો સારા થશે. અને વરસાદની વખતે તો ખાસ જનવરોમાં તંદુરસ્તી વધે છે. અને ચામડી, પગ અને ફેફસાના દરદોમાં જનવરોને સુકાં ખડના દખાણમાં અથવા જમીનમાં દાટવાથી તેમજ રોગી પ્રાણી પર પાણીના કુવારો થોડીવાર છાંટવાથી (short douches) અને બરતીકર્મથી પણ ફાયદો થાય છે. જ્યારે જનવરોને તબેલામાં લાવવામાં આવે ત્યારે ત્યાં ખુલ્લી હવા તથા અજવાળું હોવું જોઈએ. અને તેમના મળ-છાણ વગેરે દરરોજ ઉપાડી નાંખાવે જોઈએ.

જનવરોને ખુલ્લી હવામાં ચરવા મેલ્યા પછી તેમની સંભાળ રાખવાની જરૂર નથી. તેઓ પોતાની પ્રેરણાબુદ્ધિ સુખ્ય વર્તન કરશે. જ્યારે ઘોડા બીમાર હોય ત્યારે નાળો પગ માંથી દાઢી નાંખીને જંગલમાં ચરવા મુકવા જોઈએ.

જનવરોને સરદી થવાની બીક રાખવી જોઈએ નહી. અને ખુલ્લી હવામાં રહેવા દેવાં જોઈએ અને શીયાળામાં જ્યારે બરફ પડતો હોય ત્યારે પણ થોડો વખત ખુલ્લી હવામાં રહેવા દેવાં જોઈએ.

ટૂંકમાં વગેરે ઉપર અત્યંત ધાતકીપણું “સાયન્સ”ના બાના હેઠળ ગુજરવામાં આવે છે. તેમની આંખો, જીભ, હોઁબરી, ચક્રત, રક્તાશય કે ‘હાર્ટ,’ મગજ ઇત્યાદિ અવયવો પ્રાણીઓનાં શરીરમાંથી જાગૃત અવસ્થામાં કાપી કાઢવામાં આવે છે અને વળી પાછળથી તે કેટલીક વખત ફરી સીવી લેવામાં આવે છે. પ્રાણીઓના શરીરમાંથી અમુક અમુક અવયવો કાપી કાઢી લેવાથી અથવા અમુક નવા અવયવો ઉમેરવા—ચોંટાડવાથી, તેમના શરીરમાં રોગના જંતુઓ અથવા દવાઓ દાખલ કરવાથી વગેરે હેવાનીયત, અન્યાય, અને રાક્ષસી કૃત્રતાથી ખરેખરા નિર્માલ્ય અખતરા (જેને ઇંગ્રેજમાં “વિવિસેક્શન” Vivisection કહે છે તે) કરવાથી શું શું ફેરફાર, અસર કે રોગો પ્રાણીઓનાં શરીરમાં થાય છે તે જોવામાં આનંદ માનવામાં આવે છે. અને પોતાની આવી ધાતકી વૃત્તિને સંતોષવા ખાતર લોકો તેમને ધિક્કારી ન કાઢે માટે તેઓ પ્રજાને એમ સમજાવવા મથે છે, અને કેટલેક અંશે શાવી પણ જાય છે, કે તેવા પ્રયોગોથી મળતું જ્ઞાન મનુષ્ય જાતને બહુ ઉપયોગી છે. પરંતુ આ એક ગંભીર જુઠાણું છે.

જો ‘સાયન્સ’ અથવા વિજ્ઞાન મનુષ્યને ઉન્નત બનાવનાર હોય તો પછી તેના આગેવાન ગણાતા પ્રેફેસરો આવા નીચ ધાતકી અખતરામાં ભાગ લેઈ શકે જ નહિ. મનુષ્યના હૃદયમાં ઉઠતી સર્વે પવિત્ર અને ઉન્નત લાગણીઓને કચરી નાખનાર આ “વિવિસેક્શન” જેવી ખીણ કોઈ ચીજ નથી.

આવા ધાતકી અખતરાને આધારે બનાવવામાં આવતી ઝેરી ગંદી રસીઓ—વેક્સીન્સ, ઍન્ટી ટૉક્સીન્સ ઇત્યાદિ અને અનેક પ્રકારની વિલાયતી દવાઓએ મનુષ્ય જાતને કુદરત વિરુદ્ધના કૃત્રિમ અને પાપી જીવન તરફ દોરી છે, અને તરફવાર ગંભીર રોગોની ભોગ બનાવી વિચિત્ર જાતની સામાજિક અને રાજકીય ગુચ્છવણીમાં સપડાવી છે. નિર્દોષ મુઠ્ઠાં પ્રાણીઓ ઉપરના અકથ્ય ધાતકીપણાના પાપનો આ કંઈક અંશે જુગ્મ બદલો છે; જેમાંથી બચવાનો એકજ માર્ગ એ છે કે પ્રજાએ એમ સમજતા થવું કે તંદુરસ્ત રહેવા માટે, થયેલા રોગો મટાડવા માટે, તેમજ સુખી સંતોષી દીર્ઘાયુષી જીવન ગાળવા માટે નિર્દોષ મુઠ્ઠાં પ્રાણીઓ ઉપર ધાતકી અખતરા કરવાની મુદ્દલ જરૂર નથી, પણ ફક્ત કુદરત માતાની મીઠી વાણી, અંતરમાં ઉઠતી સાદુ જીવન ગાળવાની સ્ફુરણા કે પ્રેરણા, લક્ષ દેખી સાંભળી તે પ્રમાણે ચાલવાની જ અગત્ય રહેલી છે. તેમ નહિ કરતાં ઉપર કહ્યા તેવા ધાતકી અખતરા, સાયન્સની શોધો, અને તેને આધારે બનતી દવાઓ અને શસ્ત્રક્રિયાઓનો આશ્રય લેવા જતાં પરિણામ ધણું જ ભયંકર આવે એ નિઃસંશય વાત છે.

શારીરિક અને માનસિક કામ, ફળકુલનો ઉછેર તથા

રમત ગમત વિષે.

અગાઉ ધણીવાર કહેવામાં આવ્યું છે કે મદદ માણસની સૌથી મોટી અને પહેલી જરૂરીઆત શારીરિક અને માનસિક વિશ્રાંતિ છે. આ નિયમને આપણે હમેશાં વળગી રહેવું જોઈએ. જગતમાં જોઈએ છીએ તો દરેક માંદુ પ્રાણી વિશ્રાંતિ જ શોધે છે.

પરંતુ મગજનું કામ—મગજમારી—કરનારાઓએ ધીરે ધીરે પોતાને એવી તો અસ્વસ્થ, બેચેન, અને ઉત્કેશાલ લાલતમાં લાવી મુકેલા હોય છે કે તેઓના મગજને વિશ્રાંતિ અપાવવા ખાતર શારીરિક પરિશ્રમ, અંગ મહેનત, તેમની પાસે કરાવવાની જરૂર પડે છે. મનની અસ્વસ્થતા કે વિશ્રાંતિ જે વધારે અગત્યની બાબત છે તે જોગવા ખાતર અંગમહેનત કરાવવાની આ રીતે જરૂર પડે છે.

ધર્મ-સ્નાન.

(અનુસંધાન ચાલુ અંકના પૃષ્ઠ ૭૨ થી.)

બાહ્યત્વવાનો બીજકુલ ઉપરનો થર મૃત-ચૈતન્ય-નદી થઈ નીકળી જાય છે અને તેની જગે તેની નીચેના થર ભરી કઢાડે છે. તેની પશુ ગતિ કાળાંતરે તેનીજ અને છે આવો ક્રમ સતત ચાલુ રહે છે. એટલે એક વૃદ્ધ પરમાણુને સ્થાનભ્રષ્ટ કરી તેની જગા નવજીવિત પરમાણુએ કબજો કરવી એવો ખેલ સતત અને જોરદાર રીતે હમેશાંજ શરૂ હોય છે. ધર્મ-સ્નાન એ આ નિર્સર્ગ પ્રેરિત પ્રક્રિયાને સાહાય્યમૂલક થાય છે અને કારણ પરત્વે આ ક્રિયા ઠંડી પાડતાં તે જોરદાર તેમજ કાર્યપ્રવણુ અને છે.

ત્વચા તેમજ મૂત્રાશયનું કાર્ય પશુ નિકટ સંબંધી અને પરસ્પરપૂરક છે. ધામ પુષ્કળ જાય છે તો મૂત્રોત્સર્ગ અદ્ય થાય છે શિયાળામાં ત્વચામાંથી વિશેષ ધામ નીકળતો નથી જોયો મૂત્રોત્સર્ગ વિશેષ ધામ છે. પરંતુ ઉનાળામાં ધામ વધારે થતો હોવાથી એ સ્થિતિ બદલાય છે એટલે મૂત્રોત્સર્ગ ઓછો થાય છે, એ ઘણાંઓના અનુભવમાં આવ્યું હશેજ. માટે વ્યાયામને લીધે મૂત્રાશયનું કામ ઘણુંએક હલકું થાય છે.

ધર્મરૂપમાંથી બહાર પડતો બળોજ ધામ (પ્રસ્વેદ) દ્રવ્ય હોતો નથી. તે પૈકી ઘણો ભાગ શરીરની બહાર આવતાંજ બાષ્પરૂપે ઉડી જાય છે. પરસેવો વળવાથી ત્વચા હમેશાંજ થડી પડે છે; પાણીનું બાષ્પીભવન થવાને ઉષ્ણતાની આવશ્યકતા હોય છે અને પ્રસ્વેદનું બાષ્પીભવન થવામાં ત્વચાની ઉષ્ણતા ખરયાય છે. એથી કરીને પરસેવો આવ્યા પછી ત્વચા થડી પડે એ સાહજિકજ છે.

આટલા વિવેચન ઉપરથી ત્વચા સુસ્થિતિમાં હોવા શિવાય શરીરે સ્વાસ્થ્યસંરક્ષણ અશક્ય છે તે હેખાઈ આવશેજ. ત્વચા સુરક્ષિત ન હોય તો શરીરની એક પ્રમુખ મહોત્સર્ગ કરનારી ઇન્દ્રિયજ કાર્યવિમુખ અને છે. અને તેનું વધારાનું કામ છતર મહોત્સર્ગક અવયવો ઉપર પડે છે. પરંતુ તે કાર્ય તેમની મારફતે સમાધાનકારક રીતે તેમજ સર્વસ્વ પૂર્ણ થવું અર્થાતજ અશક્ય હોય છે.

ત્વચામાંનું ચૈતન્ય કાયમ રાખવાને કે તેનો વૃદ્ધિક્ષય કરવાને પ્રત્યક્ષ કારણ શરીરસ્થ રસજ છે; અને આ રસ ઉત્તમ પ્રકારનો થવાને ત્વચારોગીને પથ્યકર અન્ન આવશ્યક છે. વ્યાયામવડે મુખ્યતઃ ત્વચાનાં અંતર્ભાગમાંનો અને સ્નાન વડે બાહ્યભાગ ઉપરનો મળ દૂર થઈ ત્વચા આરોગ્યપ્રવણુ રહે છે. બંરપૂર જળપાન કરવાથી શરીરસ્થ રસ પશુ મોટા પ્રમાણમાં વૃદ્ધિ પામે છે અને તે શરીરમાંના ઘણાંખરા મળને ખેંચી જઈ ત્વચાનું ઘણુંક કામ હલકું-જોડું કરે છે.

સ્વચ્છ તાજી હવા અને તેનો પ્રત્યક્ષ શરીર માથે સંબંધ થવો એટલેજ શુદ્ધ અને સ્વચ્છ હવામાં બની શકે તેટલો સમય ઉઘાડા રહેવું એ ત્વચારોગીની દ્રષ્ટિથી આવશ્યક છે. ધામનો બાષ્પીભવનઉપર તેમજ મળ ઉપર પ્રાણવાયુનો પરિણામ નીપજ-અસર થઈ-તે મળ હવામાંના કપૂરની પેઠે પ્રાણવાયુવડે બળી જવા કિંવા ઉડી જવાને શુદ્ધ હવામાં ઉઘાડો રહેવો આરોગ્યપ્રદ છે.

આપણા આહાર વિહાર-પોષાકની દ્રષ્ટિથી જેને આપણે જંગલી કહીએ છીએ એવા લોકોને આરોગ્યને માટે વ્યાયામ, સ્નાન વગેરે આહારવિહારની આવશ્યકતા લાગતી નથી. એનું કારણ તેમના શરીરને તેમના આહારવિહારમાંજ નેષ્ટતા વ્યાયામ મળે છે, અને તેઓ સદૈવજ હવામાં-નહીં નહીં—કેવળ પ્રાણવાયુમય હવામાં વિહાર કરે છે. કૃત્રિમતા તેમના ગામમાંથી હોતી નથી પરંતુ જેમ જેમ પાશ્ચાત્ય સુધારણા વધતી જાય છે તેમ તેમ મનુષ્ય સર્વ-દ્રષ્ટિથી સર્વ આબુધી કૃતિમ બનવા લાગે છે. સુધારણાના લાભની સાથે નવીન નવીન શિક્ષાઓ પણ તેને ભોગવવી પડે છે, ભોગ એ એવી તમામ શિક્ષાઓ પૈકી પ્રમુખ શિક્ષા છે. અને રોગ નિવારણાર્થ કરવામાં આવતાં દવા દારૂ વગેરે આપદોપચાર પણ શિક્ષા સ્વરૂપ છે.

આ શિક્ષાઓ કેટલીએ કડક હો. આરોગ્ય એજ જીવન છે અને સુધારણાના પ્રવાહમાં તે આપણાથી કેટલીએ દૂર વહી જાયો, પાશ્ચાત્ય સુધારણા કંઈ આપણાથી છોડી દેવાતી નથી. આવી દ્રષ્ટિથી હમણાંની સુધારણા સુખપર્યવસાથી નથી એમ ઘણાઓ કહે છે; પ્રત્યક્ષતઃ કિંવા અપ્રત્યક્ષતઃ પહેલાંની જંગલી સ્થિતિનો સ્વીકાર કરવો એમ કહેનારા સદગૃહસ્થો પણ શશ-શ્રંગ જેટલા દુર્લભ નથી. તથાપિ આ પૂર્વાવસ્થાનો સ્વીકાર કરવો યોગ્ય હોય તોપણ શક્ય માત્ર ખાસ નથી. અને માટેજ થયેલી આરોગ્ય હાનિ ભરી કહાડવાને આરોગ્યસર્વધંક ઉપચારરૂપ શિક્ષા ભોગવવી આપણને આવશ્યક છે.

પરંતુ આ શિક્ષા ભોગવતાં તે કયા સ્વરૂપમાં ભોગવવી એ માત્ર પ્રયત્નની છેવટે નિશ્ચિત કરવું શક્ય છે, અને એ કામમાં આપણે તારતમ્ય ભાવનો ઉપયોગ કરવાથી સદરહુ શિક્ષાનું સ્વરૂપ બહુજ સૌમ્ય થઈ શકશે.

આવા પ્રકારની સૌમ્ય શિક્ષા તે રોગ ઉદ્ભવવાના ચિન્હો દેખતાંજ તેના ઉપર ઉપચાર ને છે. એના કરતાં પણ સૌમ્ય શિક્ષા તે અનેકવિધ તેમજ અનિશ્ચિત અંતિમપર્યવસાથી દવાઓ ન લેતાં યુક્તાહારવડે રોગોદ્ભવને મૂળમાંથીજ શમાવી દેવો તે છે. પરંતુ એના કરતાં પણ બધામાં સૌમ્ય એવો શિક્ષાનો એક પ્રકાર છે અને તે રોગપ્રતિજનક નિસર્ગોપચારજ માત્ર છે.

આપણી અતિ કૃત્રિમ આહાર વિહારથી રહેવાની પધ્ધતિથી, તમામ શરીરને કપડાંવડે અહોનિશ આચ્છાદન કરી રાખવાની ટેવથી ત્વચાનું ઉપર દર્શાવેલું કાર્ય યથાભિચાર સ્વરૂપમાં પાર પડતું અશક્ય થાય છે અને તે કાર્ય કેટલેક અંશે પણ અંશતઃ કૃત્રિમ માર્ગે અને આપણી સગવડની વેળામાં કરી શકાય તો આ થનારી અવસ્થા ઘોડી ઘણી પણ દૂર કરી કરી શકાય તેમ છે આ પ્રકારના ઉપર નિર્દિષ્ટ કેટલાક માર્ગો પૈકી ધર્મચુરનાન છે ”

સુકા ક્ષીક્ષનખાથ (પર્યેણ સ્નાન) સખધે આ માસિકના તંત્રીનો અનુભવઃ-ન્યારથી મે “સુકા ક્ષીક્ષનખાથ” સખધે “ખીલ્ડીંગ ઓફ વાઈટલ પાવર” માં લેખ વાંચેલો ત્યારથી તેની સત્યતાનો અનુભવ કરવા માટે મારે મન આકર્ષાયું હતું, જેથી મારી દ્રષ્ટિ વખતે વખત જુદા માણસોના ચહેરા ને શરીરની ત્વચા તરફ જતી હતી. જુદાવસ્થામાં આમડી ઉપર દરચલી પડે છે તેમજ આમડી પણ રક્ષ થઈ જાય છે. માટે આપ્રયોગ અમ-માવવામાં આવે તો તેથી શરીરની આમડી છે તેથી વધારે ઝુલાલી થાય છે કે નહિ તેમજ શરીરની દરચલી અને દાદર કે હાંપસ વગેરે શરીર ઉપરથી જતાં રહે છે કે નહીં તેથી પણ ખામી થાય. કારણ દાદર ખસ કેલુખમ ત્વચા ઉપર નીકલવા પહેલાં તે જગોની આમડી રક્ષ અને કંટણ થાય છે અને તેના ઉપર ચેળ આવી તે જગો રક્ષ અને ઘોળી થઈ

જાય છે. જો રક્તમાંનાં વિષ તે સ્થળની ચામડીમાંથી પસીનાના છિદ્રો દ્વારા નીકળી જાય અને ચામડીનાં છિદ્ર ખુલ્લાં થાય તો શરીરમાંથી નીકળતા ચરબી જેવા પદાર્થથી શરીરની ચામડી સુવાળી રહે ને તે સ્થળે તેના દર્દ નીકળે નહિ. વળી આપણે આ સ્નાનનો અનુભવ લઈ એને સત્ય જણાય તો તેનાથી ક્ષય જેવા જાય કર દર્દ મટે છે તે ખામતથી પ્રગ્ન વર્ગને વાહેક કરીએ તો આ ઉપાય સાદો અને સરળ ઉપરાંત વગર પૈસાનો હોવાથી ગરીબ પણ અન્નમાંની શકે. આવા વિચારથી તા. ૨૨ ઓગસ્ટ સન ૧૯૧૬ શ્રાવણ વદ ૯ મંગળવારના સવારમાં વહેલા ઉઠી એક ડગલા કે કપડાં સાફ કરવાના કાંઈ અશ્વથી શરીરના દરેક ભાગ ઉપર ધર્પણુગ્નાન કરનાતું શીર કર્યું હતું. અને એક બીજું નરમ અશ્વ તા. ૨૧-૮-૧૬ ના રોજ અમદાવાદથી ખરીદ કર્યું હતું તેનાથી મોઢાના ચહેરા ઉપર ધર્પણુ કંવાનો નિયમ રાખ્યો. આ બંને ક્ષણો અને તે પછી ખડકચડા દુવાલથી શરીરને ધર્પણુ કરવામાં મહારો અરથી કવાક જતો હતો. હુંક મુદતમાજ એટલે આઠ દશ દિવસમાં મને આ સ્નાનનો ક્ષાયદો જણાયો. ધર્પણુ કર્યા પછી તુરત સ્નાન ટાઢા પાણીથી કરતો અને તે પછી ફરી ખડકચડા દુવાલે આખા શરીરે ધર્પણુ કરતાં ચોમાસાના દિવસમાં અને શીયાલાની કડકડતી ટાકમાં પણ આ ધર્પણુ સ્નાનથી મને ટાક વાતી નહોતી. શરીર સતેજ રહેતું, કામ કરવાને ઉત્સાહ રહેતો અને પ્રકૃતિ પણ સારી રહેતી હતીએ સ્નાન ચાલુ છે. ધર્પણુ સ્નાન પછી શરીરમાં કેવી રકુતિ ને આનંદ રહે છે તે જ તેનું સ્નાન કરે છે તેનેજ માનુષ પડે છે. ક્ષય જેવા અને બીજા વ્યાધિથી પીડાતા દરદીઓને આ સ્નાનનો અનુભવ લેના હું બધા-મણુ કર છું હોમી જાતની માત્રાઓ, ગોળીઓ કે ગીરનારના મહાત્મા પાસેથી મળેલી પ્રસાદીની દવાના વખાણુ કરી તેવી દવા ખરીદ કરનાની લાલચ બતાવી પ્રગ્ન વર્ગનાં નાણા કઢાવવાની મારી ઇચ્છા નથી. આ સહેલો, વગર ખર્ચનો અને દરેક માણુસથી બની શકે તેવો ઉપાય છે તે અન્નમાંથી જેવા મિનતી છે.

ગ્રીષ્મા !

શિખરિણી.

૧
ખરી ગ્રીષ્મા આવી નગ વિપિન પૃથ્વી તપવતી,
અમારૂં સગીની મરણી શીતળ કાન્તિ હલવતી,
રવિ ત્હારા ભર્ગો અમ હૃદયની મધ્ય ભરજો,
ધણુ દીની જામી વિકૃત મતિની જાણ હરજો.

૨
તપી જતાં પાણી મરવર તડાગે નદી મહી,
ખરા મધ્યાન્હે:તો ગરમી વિષુ દેખાય ન કંઈ,
પરુ પક્ષી પ્રજ્ઞે તપ્તી લઈ મહાધે પ્રલપતાં,
ગ્રહો ત્યાગી ગ્રાણી અદિર વગડામાં નથી જતાં.

૩
દીવાનાય સ્વામી અમ ચતન મધ્યાન્હ કરજો,
અમાગી વૃત્તિઓ સ્વરૂપ પરુ પક્ષી રિચર હજો;

અમો સૌ સ્વસ્થાને શિતળ મન સાયેજ રહીએ,
પ્રભો અર્પો એવું તવ મધુર સદ્ગાન ગાઇએ.

૪

હીડાળામા હીંચે નગર નરનારી હરખથી,
અમારાં મસ્તિષ્કો નથી ભજન ગાતાં ઉલટથી;
ખને જેવી વહાલી વિપય મૂગ તૃષ્ણા વિપયીને,
તથા થાળે વહાલી તવ સુખદ ભક્તિ હરિ મહને.

૫

અરણ્યે નાસે છે અહીં તહીં શીકારાં ગરમીથી,
તથા નાસો મહારાં દુઃખદ દિલ દોષો ભજનથી;
સીંચે પાણી માળી કુસુમ ભરીયાં શ્રેષ્ઠ તરૂને,
તદા તેના ભાગ્યે જળ મળી શકે નેષ્ટ વરૂને.

૬

કૃપા વારિ તહારં દરદ હર યત્ને વહવજ,
અમારા ભેળોતું અપરિપુ પ્રતિ દાતી બનજે;
અમારી નીંદાઓ રિપુજન કરે હામ હરવા,
અમો ત્યારે ખ્યારે ઉલટ કરીયે યત્ન કરના.

૭

ટપાલી લોકો તો સખત ગરમી માંધ કરતા,
અમારા માર્ગેથી વિહિન મતિ-ના-નાથ કરતા;
જગત નિંદે આજે અગર હરિ નિંદા નવ કરે,
છતાં દેળે એવું ગૃહિત પથમાં ના દિલ કરે.

૮

ક્રોધ આવે ગ્રીષ્મે તરૂવર રૂડાં નાથ ! વિલસે,
કરો એહે સ્વાયિન ! ગુણ ક્રળ ભરે હૈડું ચિકસે;
વસંતા ગ્રીષ્મા તું જલદી નિરખીને ખસી ગઇ,
વિલોકનો સંવિત અગમ ત્રિય રહેના ઘટ મહો.

૯

દયાળુ લોકો તો તૃપિત જનને વારિ ધન દે,
અને માની લોકો ગરીબ જીવને શ્રેષ્ઠ મન દે;
અમો એ લોકોનાં દરદ દળના યત્ન કરીયે,
તહા આવી વહાલા. શુભ હિમતનું દાન દઇ દે.

૧૦

દુઃખી પ્રાણી દેખી અમ હૃદય-ના દુઃખ ભરીયે,
વળી લીધે માર્ગે અતિ અડગ શ્રદ્ધા ન કરીએ;
તહાં સૂધી આની પ્રતિદિન હમોને સુર ઘો.
ખ્યાં પ્રાણી બધુ જગત સહુ એ વહાલું ધર ઘો.

પંડિત ભોળાનાથ શર્મા.

વરસોડા.

શ્રીય માટે એક અનુભવી ડૉક્ટરનો મત.

એર્થર્સનના તન્દરેસ્તી ખાતાના મૅડીકલ ઓફીસર ડૉ. મેક્લુ હે તે શહેરમાં તેણે અજમાયેલા શ્રીયના જાત જાતના ઉપાયોનો હેવાલ એક યાદીમાં આપી એવા છેવટ ઉપર આવે છે કે, જે જે ઉપાયો કામે લગાડ્યા હતા તેઓમાં સામાન્ય આરોગ્યતાના અથવા સફાઈ સુવિધાના ઉપાયો સર્વે ઉપાયો કરતાં સૌથી એક માલમ પડ્યા હતા, એટલુંજ નહીં, પણ બહુજ વડાઈ સાથે જાહેરાત આપેલી દવાઓ અને રસીઓ સુદ્ધાં ઘણાં દાખલાઓમાં કાંઈપણ શ્રીયદાકરક નીવડી નથી. તે માટે લંડનનું “એર્ગેલીશનીસ્ટ” પત્ર નીચે પ્રમાણે જણાવે છે:—

“The mortality from tuberculosis in Aberdeen has fallen during last fifty years to more than one third of its former level and Dr. Hay asserts that this decline has not been due to any of the discovered remedies for the disease. He has studied the published results of practically every loudly advertised remedy and has tried the best of them in his tuberculosis wards, and he concludes that none of them, including tuberculin,¹ is of any real value in the vast majority of cases

“He doubts if any specific remedy for tuberculosis will ever be found, and he relies upon, as the best of all treatment, the breathing of pure air, good and plentiful food, a congenial and not too sedentary occupation, temperate habits and freedom from serious worry. He advocates in almost the same words that Dr. Hadwen has been using in these columns and in public lectures and in newspaper articles for many years “Tuberculosis in all its forms will be banished from our midst when every workingman's home is converted into a sanatorium.”

“In proportion as this object has been sought after by public health authorities so has tuberculosis declined all over the Kingdom, and the above testimony from Dr. Hay tends to prove the justice of our persistent agitation against the shameful cruelty, waste and misappropriation of public money that is continually going on ... which permits bacteriologists to perform all manner of stupid experiments on animals that never have achieved and never can achieve any beneficial results”—*The Abolitionist*, Jan'y. 1917.

સાવાર્થ:-“હેલાં પચાસ વર્ષમાં આખરડીન શહેરમાં મરણનું પ્રમાણ ક્ષયના રોગમાં એક ત્રિત્રિયાંસ કરતાં પણ વધારે ઝાણું થઇ ગયું છે. અને આ બાબતમાં ડોક્ટર હે કહે છે કે આ ઘટાડો ક્ષયના દરદ માટે ખોળી કાઢેલા કોઈ પણ દવાથી થયો નથી. તેણે દરેક દવા કે જેને વિષે બહુ બહુ જાહેરાતો આપવામાં આવેલી તેવી બધી દવાઓને અજમાવી જોઈ હતી. ક્ષયથી પીડાતા દરેક દરદીને સારામાં સારી દવાઓ આપી હતી. અને તે ખાતરીથી કહે છે કે ટ્યુબરક્યુલીન નામની દવા તથા બીજી હરકોઇ દવા ધણાખરા કેસોમાં-ખરેખર ઉપ-યોગી નીવડી નથી. તે દાકતર તો ક્ષયને માટે ખાસ દવા મળી આવશે કે કેમ એ બાબ-તમાં શંકાશીલ છે. અને ખુદ્દી હવા લેવાથી, સારો અને ટાવતવાળો ખોરાક ખાવાથી તથા બહુ ખેતી રહેવું ન પડે તેવો ધંધો કરવાથી તથા બહુ ચિંતા વગરની અને મિતાહારી ટેવોથીજ આ દરદમાં સુધારો થાય છે એવો ભરોસો તેને પડી ગયો છે. ડોક્ટર હેનેન કહે છે તેજ પ્રમાણે તે પણ કહે છે કે “જ્યારે આપણા મનુરવર્ગના લોકોનાં ઘરો સ્વચ્છ અને ચોખ્ખી હવાવાળાં ‘સેનેટરીયમ’ થશે ત્યારે ક્ષયના દરદનો આપણામાંથી નાશ થશે.”

“આપણા તંદુરસ્તી ખાતાના અમલદારો આ હકીકત જે પ્રમાણમાં ધ્યાનમાં રાખી વર્તન કરે છે તે પ્રમાણમાં ક્ષયનું દરદ ઘટતું જોવામાં આવે છે અને (જતું શોધક દાકતરો) બેક્ટેરીઓ લોજસ્ટો જે જનવરો ઉપર ઘાતકીપણે જુદા જુદા પ્રયોગો કરે છે અને તેમાં જે વખત તથા પૈસાનો વ્યય કરે છે તે બાબતમાં અમે જે ટીકા કરીએ છીએ તેને ડોક્ટર હે નો ઉપરનો અભિપ્રાય ટેકારૂં છે. એએલીશનીય જનેવારી ૧૯૧૭.”

ચેરાગ ચોપાનીયાના માલીક મી. નાક્ષ બીલીમોરીયાના માલીકે પ્રસિદ્ધ કરેલ “એક્મ-પેરીમેન્ટસ બાઇ મેડીકલ મેન” નામની ચોપડી ઉપર વિચાર દર્શાવતાં કહે છે કે “આપણે જાણીએ છીએ તેમ જ્યારે આપણે જંગલી હતા ત્યારે હોંડુઓ વૈદકશાસ્ત્રમાં આગળ વધેલા હતા. અને આજે હજી પણ લાગે છે કે આ બાબતમાં પૂર્વ હજી પણ આપણને કંઈ શીખવી શકે તેવું છે અને પશ્ચિમનું હલકું વૈદકશાસ્ત્ર બતાવી આપે છે કે આપણે નમ્રતાથી પૂર્વનાં વૈદક-શાસ્ત્ર બાબત વિચાર કરવા જોઈએ.

ક્ષય રોગની રસીની નિષ્ફળતા.

હિન્દમાં કેટલેક ઠેકાણે ક્ષય રોગને મારી હઠાવવાને જુદી જુદી હોસ્પીટલો સ્થાપવામાં આવી છે. ત્યાં કયા પ્રકારની ચિકિત્સા (treatment) ચાલુ છે તે-વિષે આપણ કંઈ જાણતાં નથી. અહીંના સત્તાવાળાઓ એ બાબતમાં યુરોપના તેમના વડીલોનીજ નકલ કરે છે એમ તો નિસદ્ધ કહી શકાય. યુરોપની હોસ્પીટલોમાં ક્ષય રોગના ઉપાયોમાં રસી પણ કામે લગાડવામાં આવે છે. આ રસી પહેલવહેલાં જર્મનીમાં ડા. કોંક નામના વૈદકશાસ્ત્રીએ શોધી કાંઈક માન મેળવ્યું હતું, પણ પાછળથી તે રસી નિષ્ફળ થયેલી જણાઈ હતી. ત્યાર પછી જુદે જુદે રૂપે તેની “પુંખખાતી” થતી રહી હતી. આ રસી (Tuberculin) માટે છેલ્લામાં છેલ્લા જે મત ‘ખુદ હોસ્પીટલોના સત્તાવાળાઓએ ઉચ્ચાર્યો છે તે વાંચ્યા પછી આપણા હિંદી ડોક્ટરોએ એ વેહેજાં છોડી દેશે ?

THE FAILURE OF TUBERCULIN.

The authorities of the Hull and East Riding Convalescent Home have decided, after eighteen months' careful experiment,

to abandon the use of tuberculin in the treatment of tuberculosis on account of its *uselessness and danger*. Several Northern Press organs have commented on the fact, and expressed agreement with the decision. They have pointed out, as we have been pointing out in our columns for years, (1) that in the hands of Koch tuberculin was a disastrous failure, (2) that it was of necessity resuscitated only in an extremely mild form (one paper attributes its resurrection to the stimulus of Sir Almroth Wright's practice of vaccine therapy); (3) that the few cases in which benefit appeared to be derived from it were those that would equally have benefited by ordinary methods of treatment; (4) that in other cases it has done actual injury to the patients. The remarks of two doctors at the annual meeting of the hospital are so unusually candid and sensible that we have the greatest pleasure in reproducing them from the *Eastern Morning News* of June 23:

"Dr. Daly, in replying to a vote of thanks moved by Mr. J. Woak, J. P., to the hon. Medical staff, said during the year they had given up the use of tuberculin. They were not in a hurry to commence the treatment, but knowing that everything new carried great weight and made a deeper impression on the minds of patients, and with the recommendation of the medical journals they adopted the treatment eighteen months ago. They had come to the conclusion that its use did not increase to any demonstrable degree the efficacy of the sanatorium treatment, and as it was prejudicial in some cases they had discontinued its use. He noticed the same course had been followed at the King Edward Hospital

"Dr. Sproule, local medical officer, expressed his indebtedness to Dr. Daly for his assistance and advice, and endorsed his remarks as to tuberculin treatment. Patients suffering from any disease liked something new, or something that they could see was being done to them. In private and general practice doctors found that the Englishman liked a bottle of medicine, something he could take away with him, even though it might not do him any good. It might be that he would benefit much more by

acting upon good advice, but he liked his full pennyworth—(laughter). They had come to the conclusion that the disadvantages of tuberculin outweighed the advantages, and its use had been abandoned."

The findings of the East Riding Convalescent Home are very similar to those of Royal National Hospital for Consumption at Ventnor, published in the *Lancet* a year ago, after the testing of 300 cases. We wonder how many tubes of this disgusting concoction will, nevertheless, be thrown on the market during the coming year, for use upon unfortunate sufferers by misguided doctors whose faith experience cannot shake, or who have had no experience at all—*The Abolitionist*. Aug. 1916.

EXIT TUBERCULIN ?

The "Manchester Guardian" (June 24th) comments on the decision of the Hull and East Riding Convalescent Home to abandon after 18 months' careful experiment, the use of tuberculin in the treatment of tuberculosis "because its disadvantages had been found to outweigh its benefits."

We recorded last September the similar judgment passed on tuberculin at the Ventnor Royal Hospital for Consumption where it failed on every one of the four counts in which it was carefully tested on 300 cases. It lengthened treatment, diminished ability to do work, injured nutrition, and left the after-results more unfavourable.

The treatment seems never to have had any other than an *a priori* and laboratory justification, and it is a disquieting fact that it should be still in use *after a quarter of a century of failure*.

We all remember the rush of invalids to Berlin when Koch first announced his ill-starred discovery, and the discredit that followed its failures.

According to the "Manchester Guardian" its adoption in this country (England) received a stimulus by reason of Sir Almroth Wright's investigations and practice of vaccine therapy, which constitutes another and a grave item in the ever-lengthening indictment against vaccine therapy and the activities of Sir Almroth Wright—but that theme is inexhaustible !

The lesson and the warning are plain for all to read who are not blinded by prejudice. If such a complete failure as tuberculin can be successfully pushed for a generation without exposure, ought we not to be more careful how we let Sir Almroth and other "scientists" rush us off our feet with their clamour for forcible imposition of their later nostrums?—*The Vaccination Inquirer*, Aug. 1916.

ગૌશીતળા.

ગૌશીતળા સુકાવવા સંબંધી પત્ર.

સાહેબ,—મારા નજીવામાં આવ્યું છે કે કેટલીક સ્કૂલોના પ્રીનસીપલ સાહેબો વિદ્યાર્થીઓને, તેમજ ઓશીસોના વડાઓ કારકુનેને ફરીથી ગૌશીતળા સુકાવવાની દ્રવ્ય પાડે છે, જો કે આ શહેરનાં કાયદા પ્રમાણે ખીજવાર ગૌશીતળાં મેલાવવાનું ફરજિયાત નથી.

કેમપણ વખતે ગૌશીતળા મેલાવતું હાપણુ ભરેલું નથી, પણ બ્યારે રીતળાને રોગ ચાલતો હોય તે વખતે તો ખડું ધાસ્તી ભરેલું છે.

ડાક્ટર વીલીયમ ગાય, એમ. ડી., એફ. આર. એમ., જે ગૌશીતળાને શુનદી હીમાયતી ગણાય છે, તે કહે છે:—

"It is now admitted by all competent authorities that vaccination during epidemics of small-pox tends to diffuse rather than arrest the disease and that instead of being practised at such times it should be suspended."

ફરીથી ગૌશીતળા મેલાવ્યા છતાં રીતળા સામે રક્ષણ મળતું નથી એમ ખુદ સરકારી રીપોર્ટમાં નજીવામાં આવે છે જે નીચલા ઉતારા ઉપરથી જોઈ શકાશે:—

"Vaccination has no power, apparently, over epidemic small-pox. (Government Blue Book on "Sanitary Measures in India," Vol. xiii, p. 142.)

"Notwithstanding all the precautions taken in Cairo and due regard having been paid to vaccination and revaccination, the disease (small pox) kept on the increase." (Army Medical Report, 1880, p. 190.)

ગૌશીતળા મેલાવવામાં સમાયલાં જોખમ વિષે રોયલ કમીશન પોતાના રીપોર્ટમાં ૩૨૯મી કલમમાં નજીવે છે:—

"It is not open to doubt that there have been cases in which injuries and deaths have resulted from vaccination. It is possible to convey syphilis in the act of vaccination."

ઉપલાં જેવા જેટલા જોઈએ તેટલા ઉતારા કરી શકાય જેમાં ફરી ફરીથી ગૌશીતળા મેલાવવાની નિષેધજતા તથા તેમાં સમાયલાં જોખમ કચુલ કરવામાં આવ્યા છે. એ સંજોગોમાં ખીચારા વિદ્યાર્થીઓ તથા દારકુન વગેરેને ખીજવાર ગૌશીતળા મેલાવવાની ફરજ પાડવી એ જીલમ જેવું ગણાય.

શીતળાનો રોગ ગંદકીને પરિણામે થાય છે અને ડાઁટર સર જોન સાઇમન, એમ. ડી. એફ. આર. એસ.ના બોલોમાં “ સફાઈ સુધડાઈ એકલો ઉપાય છે. ”

સેવક,

જે. એસ. મીરજાં.

નીચલો પત્ર સર જ. જી. પારસી બેનીવોલન્ટ ઇન્સ્ટીટ્યુશનના સેક્રેટરી ઉપર મોકલવામાં આવ્યો હતો:—

પારસી બાળકોની લયંકર ખીમારી.

શીતળાની રસી ટેટલે દરજે જવાબદાર છે ?

પારસી પચાયતના મહેરબાન સેક્રેટરી જોગ, સાહેબ,

મેરામજી જીજીભાઈ પારસી ચેરીટેબલ ઇન્સ્ટીટ્યુશનના વિદ્યાર્થીઓની શારીરિક તપાસનું પરિણામ તા. ૦૨-૮-૧૯૧૬ના ‘ ટાઇમ્સ ઓફ ઇન્ડિયા ’ માં વાંચતાં માલમ પડે છે કે, સેંકડે આશરે ૯૩ ટકા જેટલાં પારસી બાળકો જીલ્લાં જીલ્લાં દરદોથી પીડાય છે, અને માત્ર આશરે સાત ટકા જેટલાં બાળકો પુગતી તંદુરસ્તી ભોગવે છે.

સદરહુ બાબતમાં નીચેની હકીકત તરફ આપનું ધ્યાન ખેંચું છું.

“ Only 7.8 per cent of all the boys examined had a very sound body and enjoyed perfect health ”

1. DR. BULL, Director, Bacteriological Laboratory, Melbourne University.—“ A certain number of people vaccinated are not in the best of health Vaccination might just upset the balance, and render the patient more susceptible to such common diseases as erysipelas, etc ”

2. DR. CASSIDY,—“ I am sure that during the Sydney epidemic I attended 100 patients who were *frightfully ill after vaccination.*

Vaccination affects the heart, it has a weakening tendency.

3. DR. ROSE—“ Those who uphold vaccination assert that there is no risk, or very little risk, from it But any medical man who has had long experience, knows well that *that is absolutely incorrect.*

“ I have seen a great deal of vaccination, especially when I was in Edinburgh, and I saw some *terrible results* therefrom, even when done with the greatest of care

"The injury produced in the Community, quite apart from the deaths, has been immensely greater than the deaths and after-effects from any small pox we have ever had. We all know, as a fact, that in cases it does affect the brain, and brings on meningitis and disorders of that kind"

4. DR. ROBERTSON, Chairman Board of Health, Melbourne—"I think that vaccination intensifies any intercurrent ailment that the individual may have"—*Vaccination Inquirer*, London, January, 1916.

5. DR. O. L. M. ABRAMOWSKI, M. D., Mildura, Australia, formerly a Public Vaccinator—"CALF-LYMPH contains very frequently the germs of other diseases, such as Erysipelas, Tuberculosis, Pyaemia, Septicaemia, Leprosy, Glanders, etc. Pure Calf-lymph exists only in imagination No Government ever guaranteed calf-lymph free from dangerous disease germs." (*A Mischievous University Dogma*, published by the National Anti-Vaccination League, London)

અંગ્રેજ પ્રભુનો કંકણો અનુભવ.—

શીતળાની રસીથી માણસ જાતને જીવંત-જીવંત દરેક થાય છે, બધાં મરણો તેને પરિણામે થાય છે, તથા શીતળાનું દર્દ તે રસીથી અટકતું નથી એવી ખાત્રી થવાથી ઇંગ્લેન્ડની સરકારે ફરજિયાત શીતળાની રસી મુકાવાનો કાયદો રદ કર્યો છે, લાખો અંગ્રેજો પોતાનાં બાળકોને શીતળાની રસી મુકાવતા નથી, તથા ઇંગ્લેન્ડમાં ત્રીશ લાખ બાળકો શીતળાની રસી મુકાવા વિનાના છે.

નોંધવું છે—તપાસ કરનારી કમીટી.

The National Anti-vaccination League, Denison House, Vauxhall Bridge Road, London, S.W., નાં ચોપડી ચોપાનીયાં તથા માસિકનો અભ્યાસ કરવા તથા પારસી બાળકોમાં તેમજ આખી કોમમાં ચાલતી ખીમારીઓ તથા મરણો માટે શીતળાની રસી કેટલે દરેક જવાબદાર છે તેની તપાસ કરવા માટે આપની પચાસત એક સ્વતંત્ર કમીટી નીમવાની મહેરબાની કરે એવી પ્રાર્થના છે.

આપનો સેવક,

લાલશંકર લક્ષ્મીદાસ.

ચેરાગ ચોપાન્યાંના માણેક મી. ન. ફ. ખીવીભોરીયાએ પ્રસિદ્ધ કૌશલ "Experiments Medical Men" નામની ચોપડી ઉપર વિચાર દર્શાવતા "એક્ષીપીમેન્ટ"ના અધિપતિ છેવટે જણાવે છે કે—

“.....As we all know, the Hindus had an advanced system of medicine when we were savages, and we have little doubt that the East has still some useful contributions to offer. At any rate, the low ebb of medical lore in the West should make our minds humble and open enough to consider them.”

“વીરપાવર” અથવા દ્રઢ સંકલ્પબળ.

(લેખક તંત્રી)

દ્રઢ સંકલ્પથી ધારેલું કાર્ય સિદ્ધ થાય છે. સંકલ્પની અસર, અથવા તેનું આકર્ષણ મનુષ્ય જાત ઉપર થાય છે એટલુંજ નહિ પણ પશુ પક્ષિઓ ઉપર પણ થાય છે. આ સંબંધે મેં શ્રી બાળા સ્તવન અને દૈવી અદ્વૈત ચમત્કારના પુસ્તકમાં પણ લખેલું છે.

મિતિ માગશર સુદ ૧૪ સંવત ૧૯૬૦ તા. ૩-માહે ડીસેમ્બર સને ૧૯૦૩ ના રોજ ક્લોલ મુકામે મારા મિત્ર ડૉક્ટર સૈયદ આદમને ત્યાં ક્લોલ ડિસ્પેન્સરીના કંપાઉન્ડ હીમન-લાલ ભાઈશંકર ઉપર મારા મિત્ર મુનસી ચીં. ખુરશેદ હુસેનને પ્રાણવિનિયમનો પ્રયોગ કરી તેને બેભાન સ્થિતિમાં લાવેલા તે પછી તેના ઉપર “ક્રેલેપ્સી”નો પ્રયોગ કરી બતાવ્યો અને વિશ્વદ્રષ્ટિના પણ સવાલો પૂછ્યા હતા તેના જવાબ ખરા પડ્યા હતા. તેના હાથની ચામડી ઝાલી જાડો અણીવાળો કોથળા સાંધવાનો સોયો ખોસી આરપાર કાઢ્યો હતો છતાં તેને ઇજા થયાનાં કંઈપણ ચિન્હ જણાયાં ન હતાં. અને હું ક્લોલથી બપોરના અડી વાગતાંની ટૂંનમાં નડીયાદ આવવા નિઠ્ઠો હતો. ક્લોલ રોશનથી હું જે ડબ્બામાં ખેડો હતો તેજ ડબ્બાના બીજા ખાનામાં એક પાંતરીસ ચાળીસ વર્ષની વયનો માણસ ઘાઠ નિદ્રામાં સુતેલો હતો અને તેની પિઠનો ભાગ મારા તરફ હતો. પિઠ ઉપર દ્રષ્ટિ રાખવાથી તેના ઉપર દ્રઢ સંકલ્પની અસર થાય છે કે નહિ ને તે જાગી ઉઠે છે કે કેમ તે જોવા મેં તેના ઉપર વેધક દ્રષ્ટિ રાખી. લગભગ દસ મિનિટમાં તે જાગી ઉઠ્યો હતો. તે પછી મેં તેજ ડબ્બામાં ધાવતાં અને ઉઠતાં એવાં ત્રણ બાળકો ઉપર પણ આ પ્રયોગ કર્યો હતો અને તેની અસર વધારેમાં વધારે પંદર મિનિટ જણાઈ હતી જેની સંપૂર્ણ નોંધ તો તે તારીખની નોંધ પોથીમાં છે.

તા. ૪ માહે ડીસેમ્બર સને ૧૯૦૩ના રોજ હું બપોર પછી ધોતીયાં ધોવા માટે નડીયાદમાં કંડ તળાવ ઉપર ગયો હતો. ધોતીયાં ધોઈ રહ્યા પછી મને વિચાર આવ્યો કે આ પ્રયોગની અસર કુતરા ઉપર થાય છે કે નહિ તે જોઈએ. ધોતીયાંની ગડી કરી આરા ઉપર તાકામાં મૂકી આરા ઉપર ઉઘે એક કુતરો મારા તરફ પુઠું કરી ઉભેલો તેના તરફ સંકલ્પ સાથે દ્રષ્ટિ ફેંકતાં દસ મિનિટ તેણે મારા તરફ ફરી જોયું હતું. તે પછી તેનાથી થોડો દુર મારા તરફ પુઠું હતી તેવા કુતરા ઉપર દ્રષ્ટિ ફેંકતાં પંદર મિનિટ સુધી કંઈપણ અમર જણાઈ નહોતી. અને તે કુતરો સીધો જ ચાલવા લાગ્યો તેથી હું જરા નારાજ થયો પરંતુ લગભગ એક જ મિનિટમાં તે પાછો વળી હું હતો ત્યાં આવ્યો હતો. તેને લગભગ દસ વર્ષ ઉપરાન્તની મુદત યદ્ય ગયા છતાં આજ રોજના એટલે તા. ૨૬ મે સન ૧૯૧૪ ના રોજના

બનાવે આ બાબત ઉપર માફે ધ્યાન ખેંચાયું છે. તા. ૨૨ મી માહ મે સને ૧૯૧૪ ના રોજ હું અમદાવાદ ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ પાસે નવજીવનાલયમાં ગયો હતો. ત્યાં સંધવાના હોલમાં અને નવજીવનાલયમાં ઉદ્દેશ જથાબંધ વધેલા જણાયા હતા. ઉદ્દેશના ત્રાસ અને નુકશાનના લીધે નવજીવનાલયથી ચાર પાંચ ખેતરવા દુર આવેલા એક બાવાના મંદિરમાંથી બીલાડીના બચ્ચાને લાવી રાખ્યું હતું. આ બચ્ચું બધા સાથે હળાં ગયું હતું અને અત્યંત લાડ કરતું હતું પરંતુ નવજીવનાલયમાંથી કુટુંબનાં બધાં માણસો નડીયાદ આવ્યાથી ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ એકલા હોવાથી તેની સંભાળ રહી શકે નહિ તેથી બચ્ચાને ફરી બાવાને ત્યાં જઈ મુકી આવ્યા હતા તેથી અમદાવાદ ગયા પછી એ બચ્ચાને પાછું નવજીવનાલયમાં લાવવા માટે મેં મહાદેવપ્રસાદને કહ્યું હતું પરંતુ તેમને કુરસદ ન મળવાથી અને મંદિર મેં જોયેલું નહોતું તેથી બાવા સાથે પરિચય ન હોવાથી એ બચ્ચાને લાવવાતું પણ મારાથી બની શકે તેમ નહોતું. બચ્ચાને આજે લવાય તો સાડ એવો વિચાર તા. ૨૬ મે સન ૧૯૧૪ ના રોજ વધારે ૬૬ થયો હતો ઠારણ મારે બીજે દિવસે નડીયાદ જવાતું હતું. બપોરના વખતે તાપ સપ્ત પડતો હતો તેથી બગલાથી મંદિર જવાય તેમ નહોતું તેમ મહાદેવપ્રસાદે આજ જવાતું બની શકશે એમ લાગતું નથી એમ કહ્યું એટલામાં બપોરના લગભગ બે વાગના એક બીલાડીનું બચ્ચું મેડા ઉપર ચડી આવ્યું. મેડે મહાદેવપ્રસાદે તેને ઓળખ્યું નહિ. તે મેડે બીજા હોલમાં ગયું મેં કહ્યું કે આજ બચ્ચું રહે તો પાળીએ. મેં તેના નજીકમાં પુરી ખાવાને મુદી પણ તેણે ખાધી નહિ. મને વિચાર આવ્યો કે તેને હાથ લગાવી જોઈએ પરંતુ એમ લાગ્યું કે વખતે નોર ભરે કે બચ્ચું ભરે. તોપણ ફરી થોડી વારે ઝાલતાં તેણે ઉપટ લાડ કરવા માંડ્યાં પછી થોડીવારે મહાદેવપ્રસાદે તેને ઓળખ્યું. તે મેડામાં રોજની સુવા ખેસવાની જગાએ જઈ દરેક બાગમાં ફરી આવ્યું, અને રાત્રે પણ કુદાકુદ ને લાડ કરવા લાગ્યું અને બાવાને ત્યાં ન જતાં બંગલેજ રહ્યું. બીજે દિવસે સવારે હું નડીયાદ આવતો હતો તે વખતે પણ મને લાડ કરવા લાગ્યું. લગભગ દોઢ માસથી છુટું પડેલું બચ્ચું બંગલાથી દુર આવેલા મંદિરથી ખરા બપોરના વખતે કુતરાં રસ્તામાં ફરતાં છતાં વીલપાવરના આકર્ષણથી કેવી રીતે આવ્યું તે જોઈ મને તથા મહાદેવપ્રસાદને અતિશય આશ્ચર્ય લાગ્યું હતું કારણ કે મનુષ્ય જાત ઉપર સંકેષ બાળની અસર તો થાય હોય છતાં બીલાડી જેવા પ્રાણી ઉપર પણ આવી અસર તેનાથી આપણે દુર હોઈએ તો પણ થાય છે. આવા ઘણા બનાવો બને છે. પરંતુ આપણે તે તરફ ધ્યાન આપતા નથી. જે તેવા બનાવોની નોંધ રાખવામાં આવતી હોય તો તે વધારે ઉપયોગી થઈ પડે.

તમાકુ-બીડીથી થતું નુકશાન.

(લેખક ઉમર માનજી ચૌહાણ, સુ. ગોંડલ.)

પ્રિયબંધુઓ! બીડી તમાકુથી ભાજેજ કોઈ અજાણ્યું હશે. તે મહાન એરી તમાકુના વ્યસનથી આખો દેશ પામમાલ થતો જાય છે તેમ કહીએ તો કંઈ અતિશયોક્તિ ભરેલું ન ગણાય. બંધુઓ! તે તમાકુના સંબંધમાં અનેક પુસ્તકો વિદ્યાનનેતાઓએ લખી પ્રજાની નંદી માટે બહાર પાડેલાં છે પરંતુ આપણે જુવાન વર્ગે તે તરફ ક્યાં ધ્યાન આપે તેમ

છે. બધુઓ! મારી અદ્યપમતિ અનુસાર તમાકુના શુણુ દોષનું વર્ણન વૈદ્યવીધાના ગાતાઓના અભિપ્રાય સાથનું આ નીચે આપેલું ખાસ ધ્યાન દઇ વાંચી તમારા મિત્રોને વંચાવી તેના છદ્દમાંથી છોડાવવા બનતું કરશો. હવે હું મૂળ વિષય આવીશ.

આપણામાં ઘણા લોકો તમાકુ ખાય છે, પીએ છે અને સુંઘે છે અને તેમ કરવાથી કશો ફાયદો નથી. છતાં તમાકુનો હીમાયતીયો કહે છે કે તે ઉપયોગી એવધિ છે, જેમકે તે કીડા તથા જંતુઓને મારે છે તેથી તેની ભુકી જનાવરોના ફીડવાળા ઘરામાં દાખે છે, તેનાં પાન શિલારસ ચોપડી અંકુશ ઉપર ખાંચે છે વગેરે. પરંતુ તેના દરરોજ પીના તરીકે અગર તો સુંઘવા તરીકે ઉપયોગ કરવાથી કશો ફાયદો હોય તેમ માની શકાતું નથી. તે તો માત્ર દેખાદેખી અને શોખને લીધે ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે. તમાકુ એ એક પ્રકારનું ઝેર છે, તેના વ્યસની નહિ હોય તે જો તેના ઉપયોગ કરે છે તો તુર્તજ તેને ફેર આવે છે, જીવ ડોલે છે, ને ઉલટી પણ થાય છે, જો વધારે પ્રમાણમાં લેવામાં આવી હશે તો નાડી મંદ પડી જઈ શરીરમાં ત્રાડ થાય છે, અશક્તિ મારુમ પડે છે, અને રક્તાશયની ક્રિયા કોઈ વખત ખંધ પડતાં મરણ થાય છે.

એક ડોક્ટર કહે છે કે બીડી અને તમાકુ કાળજીને બાળનારી, હાથ પગને ગાળનારી, ચહેરાને શીકો કરનારી, પ્રકૃતિમાં તમોગુણ વધારનારી, દ્રષ્ટિને મંદ કરનારી, શક્તિમાં ઘટાડો કરનારી, અને વીર્યને અથુદ્ધ કરનારી અને સર્વ રીતે નુકશાન કરનારી છે.

કેટલાક લોકોનું એવું કહેવું હોય છે કે બીડી અને તમાકુ પીવાથી પરદેશનું પાણી લાગતું નથી અને ઝડપુના ફેરફારની અસર થતી નથી પરંતુ ડૉ. એન. ઝોડરબન લખે છે કે “મારી પાસેના ક્ષયના બાર દરદીઓ પૈકીના સાત જણુતો તમાકુના ઉપયોગથી જ તે બચકર દરદના પંખમાં સપડાએલા હતા.”

અને ડૉ. નેલ્ટેલર લખે છે કે હમારી પાસેનાં આખનાં દશ દરદીઓમાંથી સાત દરદીઓએ નાપાક બીડી અને તમાકુનો ઉપયોગ કરવાથીજ પોતાની અસુખ્ય આંખોનું તેજ શુભાવી દીધું છે, તેમજ આધળા થયા છે, ને કેટલાકની જીમ પણ સડી ગએલી છે.”

તમાકુનો ઉપયોગ લાંબી મુદત કરનારનું શરીર લાકડા જેવું સુકાય છે, અજીર્ણ, માથાનો દુખાવો, શરીરનું ધુન્ધુ, આંચકી અને જ્ઞાનતંત્રની જાળના ઘણાં દરદો પ્રકટ થાય છે, તેથી ચકરી પણ થઈ આવે છે, ચહેરાની રતાશ ઉડી જઈ શીકાસ પ્રસરે છે તથા પક્ષાઘાત, લકનો, અને નપુસકપણું પણ પ્રાપ્ત થાય છે.

વૈદ્ય મત પણ એવો છે કે વીર્યસ્રાવ-પેસાખ, આંખ, છાતી, મગજ અને હૃદયના દરદીઓએ તો જુલે ચુકે પણ બીડી પીવી નહિ. બીડી પીવાથી યોડીવાર મન ઉત્તેજિત થાય છે, પણ પાછળથી તે ધણું નિસ્તેજ અને ઢીલું થઈ જાય છે. બીડી પીવાથી જે શરીરમાં જાગૃતિ પેદા થાય છે તે કરતાં પણ તેની શુભ ઝેરી અસર શરીરના ઉત્તમ તત્ત્વને તથા ઉત્તમ ગુણોને વિકારી બનાવે છે, કારણ કે તેમાં નિકૈટીન નામનો ઝેરી પદાર્થ મુખ્ય છે, અને તે એક સક્ત વિષ છે.

આપણામાં આજકાલ બીડી પીવાની ટેવ એટલી બધી વધી ગઈ છે કે ૭ થી ૮ વર્ષનાં નાનાં બાળકો પણ બીડી પીનાં શીખે છે; છતાં પણ મા બાપ તે બાળત અટકાવતાં ધ્યાન આપતાં નથી; પરંતુ કેટલાએક તરફથી ઉત્તેજન મળે છે. મિના કારણે વ્યસનને વશ થવું એ અસૌસ અને નુકશાન ભર્યું છે. પ્રથમ તો કેટલાક દેખાદેખીથી આવા છદ્દમાં ફરી

પડે છે, અને કેટલાક યુવકો શોખના માર્યા ફિસાઈ જાય છે. તેમજ કેટલાક વ્યસની લોકો બીજાને પોતાના જેવા બનાવવા વાસ્તે બીડીના કાયદા બતાવે છે તેથી તેઓ લોભાઈ જાય છે, પરંતુ લાંબી મુદતે જ્યારે ખાંસી માથાનો દુખાવો ઇત્યાદી દરદો થાય છે ત્યારે તેઓ ધણીજ પરતાય છે.

તમાકુ અને બીડીનો ઉપયોગ કરનારથી માણસોને કંટાળો ઉપજે એ દેખીતું છે. કહેવત છે કે:—

“ ખાય તેનો ખુણો, પીએ તેવું ઘર,
મુઠે તેનાં લુગડાં, એ ત્રણે બરાબર ”

તમાકુ ખાનાર તમાકુનો ખુકડો ભરી આમતેમ આડી પીચકારીઓ મારી ઘરની જમીન તથા બીજા અને ખુણા બગાડી મુકે છે. તમાકુ પીનાર ચલમ અમર ધતુરી (એ પણ ચલમની જાત છે) માહેની રાખ અને બીડીઓનાં ખોખા અને દીવામળીઓ પોતાના ઘરમાં જ્યાં ત્યાં ફેંકી સુગમણું કરી મુકે છે. તથા તમાકુ સુંઘનાર નાકમાં ચપટી મુકી જનર (તમાકુ) આડી અવળી પોતાના અને અડખે પડખેનાં માણસોનાં લુગડાં ભરી મુકે છે અને કંટાળો આપે છે. તેમજ બીડી અને ચલમ પીનારાઓને લીધે વખતો વખત મોટાં મોટાં મકાનો અને ખડની ગંજીઓ બળી ગયાના દાખલા બન્યા છે. પ્રિય વાંચક! આના ઉપયોગથી કેટલું નુકસાન છે તે દેખીતું છે. કેટલાક લોકો એમ કહે છે કે “ બીડી અને તમાકુનો ઉપયોગ ધણી ડોકડેરા કરે છે તેમજ ધણીજ નામાંકીત ને વિદ્વાન માણસો પણ કરે છે તેમજ દુનીયાંમાના ધણા માણસો તેનો ઉપયોગ કરે છે છતાં તે કાન્સથી, મરણ પામતા કેમ જોવામા નથી આવતા ? ”

પરંતુ ડૉ. કેલેક, એમ. ડી. કહે છે કે “મારા અભિપ્રાય પ્રમાણે તમાકુ વાપરનારાઓમાંના ધણા તમાકુના ઝેરથીજ મરણ પામે છે.” ફરી પણ ડૉ. કેલેક છાતી ઢાંઢીને કહે છે કે “જલદ અમરથી કે ધીમી અસરથી પણ આખરે તમાકુ શરીરમાં ઝેરનું કામ કરે છે; પછી ગમે તો તે ઝેરથી અમર ધણું વરસે થાય. એક માણસ તમાકુના વ્યસનથી પાંચ દસ વરસ પહેલો મરણ પામે ત્યારે એમજ સમજવું કે તે તમાકુના ઝેરથી મરણ પામ્યો.”

તમાકુના ઝેર વિષે ઇંગ્લાંડનો પ્રખ્યાત ડૉ. રીચર્ડસન કહે છે કે તમાકુ લોહીને વધારે પાતળું બનાવે છે અને લોહીનાં રાતાં રંગકણોમાં વિકાર કરીને તેનો રંગ બદલાવે છે, હોળીને નમણી કરે છે, ઉગ્રો પેદા કરે છે, અને ઉલટી પણ વધારે જોગથી થાય છે.”

લેખ વધારે લંબો થવાથી યોગ્ય અભિપ્રાય ટાકી હું મારા લેખને છેવટના જે સ્થાને સખી બંધ કરીશ. બધુઓ! બીડી તમાકુથી કેટલું નુકસાન છે તે ઉપર બતાવવામાં આવ્યું છે. પ્રિય વાંચક! તમે પોતે જો તેના ફદામાં ફસેલા હો તો તત્કાળ તેનો ત્યાગ કરો અને તમારા કુટુંબમાં પણ તેનો અટકાવ કરવા સુકશો નહિ. કેટલાક ગંજકતાઓ તરફથી નાની વયના છોકરાઓને મારે બીડી તમાકુ નહિ પીરા દેવાના કાયદાઓ થયા છે, તેવા કાયદાઓ દરેક રાજકર્તા પોતાના રાજ્યમાં દાખલ કરી ઉચ્ચતી પ્રજાને તેના વ્યસનથી દુર કરશે એવી મારી ખાસ તેઓ થી ને વિનંતી છે અને દરેક સુધ દેશ હિતેચ્છકને પ્રાર્થના છે કે તમાકુ બીડી, ચાહ, કોફી ઇત્યાદિના વ્યસનોથી દુર રહેવા અને બીજા દેશ બધુઓને દુર રાખવા પ્રયત્ન કરજો. મારા આ લેખમાં જે કંઈ દોષ માણુમ પડે તે તરફ નહિ જોતાં મુખ્ય ઉદ્દેશને ધ્યાનમાં રેવા સુકશો નહિ.

તમાકુના ઉપાસકો અને અન્ય જીવાસુઓને તમાકુના સળધમાં વધારે જાણવાની જીજ્ઞાસા થાય તેઓએ ડૉ. મહાદેવ પ્રસાદકૃત “ તમાકુનું હુર્બસન ” નામક પુસ્તક વાચના હું ખાસ બલામણુ કરું છું તેની કીમત પણ ઘણીજ થોડી છે અને તે આ માસિકની જાહેર ખબરનાં પૃષ્ઠ જોવાથી માલુમ પડશે.

ઉપયોગી ઉપચારા.

(લખનાર—કિમર માનજી ચૌહાણ—ગોડલ.)

અચ્ચિ.—Indigestion. શેકેલી હીંગ તો. ૦ા, ચિત્રકમુળ ૧ તો. સીધાણુ ૦ા તો. અજમોદ ૧ તો. સાજીખાર ૦ા તો. મીઠું ૧ તો. સુંક ૧ તો. પીપર ૧ તો. મરી ૧ તો. ચવક ૧ તો. સર્વેતું બારીક ચૂર્ણ કરી પ્રથમ લીંબુના રમની ભાવના દેવી પછી દાડમના રસની ભાવના દઈ સુકવવું. માત્રા બે આની બારથી પાવલીભાર લેવાથી સારી લુખ લાગે છે અને અજીર્ણ મટે (અનુભવેલ) (૨) તજ, તમાલપત્ર, એલચી, સુંક, મરી, પીપર, સીધા-ણુ, સાદ, મીઠું, સર્વે સરખે ભાગે લઈ ચૂર્ણ કરી ૦ા તોલા બારતું સેવન કરવાથી સારી લુખ લાગે છે.

વીર્યસ્રાવ.—એખરો રા તો, એલચી દાણા રા તોલો, ધોળાં મરીના દશ-દાણા, એ સર્વેતું ચૂર્ણ કરવું તેમાંથી રોજ ૦ા તોલો ચૂર્ણ પાકા કેળાંમાં ભરીને રાતે અમાસી ઉપર રાખી સવારે તે કેળું છાલ કાઢી નાંખી ખાઈ જવું. યોગ દિવસ સેવન કરવાથી ધાતુ સ્થાનની ગરમી જઈ ધાતુ પુષ્ટ થાય છે અને થતો પાત અટકે છે.

અંડવૃદ્ધિ.—વધરાવળ.—તમાકુના પાન ઉપર શિલારસ લગાવી જરા ગરમ કરી બાષવું ને ઉપર જરા ગરમ પાણીની ખાટલીનો શેક કરવો. ને દરરોજ ધીમાં તલેલ હીમજ ૨ ન-ગને રોજ ગુંદર બે આનીબાર લેવાથી દુક મુદતમા વધરાવળ મટે છે ગોળી નાની થયા બાદ પણ અંદર કરછો પહેરી રાખવો લગભગ ૧ માસ—(અનુભવેલ).

મળાવરોધ.—Constipation હરડે છાલ રા તોલા, મીઠીઆવળ ૫ તોલા, મરી ૧ તોલો, સચળ ૦ા તો. સર્વેતું બારીક ચૂર્ણ કરવું. રાત્રે સુતી વખતે ૦ા તોલો ચૂર્ણ જરા ગરમ પાણી સાથે ઉતારી જવું જેથી દસ્ત સાફ આવશે શરીરમાંથી ગરમીના રોગને નાબુદ કરશે. જેને ગરમીના રોગ થયો હોય તેને ખાસ આ ચૂર્ણ સેવન કરવા યોગ્ય છે.

અતિસાર.—કોક ૮ તોલા, માકર ૬ તોલા, દાડમ છાલ ૩ તોલા, ધાવણીના કુવ ૩ તોલા, અજમોદ ૩ તોલા, પીપર ૩ તોલા, મરી, જીરું ધાણા, પીપરી મૂળ, ઘાળો, સીધવ, અજમા, તજ, તમાલપત્ર, એલચી, નાગકેમર, ચિત્રક, સુંક દરેક અઢેક તોલા ભાર લઈ બધાનું વજાગાળ ચૂર્ણ કરવું માત્રા ૪ થી ૮ વાલ લેવાથી અતિસાર સચડણી મટે.

બરોળાનું વધવું.—Enlargement of the spleen—ગોસલ ૧ તોલો, સુરોખાર ૧ તોલો, નવસાર ૧ તો, શુદ્ધ એલીએ ૧ તોલો, હીરાકસી ૧ તોલો, ક્યબો કરીયાતાની પાંદડી ૨ તોલા સર્વેતું ચૂર્ણ કરી કુંવારના રસમાં ચોપીસ દલાક નાના બેર

જેવડી ગોળીઓ વાળથી દરરોજ શક્તિના પ્રમાણમાં ૧ ગોળી જમ્યા બાદ બીજોરોના રસ સાથે લેવી. અગર વસીયાળીના પાણી સાથે લેવી. ઉપરની ગોળી લાંબી સુદત સેવન કરવાથી કાયદો ધરોજ આરો થાય છે. (અનુભવેલ)

મંદાગ્નિ.—અર્થ. Dyspepsia—હરડે ૭ા તોલા, સીંધાલુણ, ૦ા તો, અજમેદ ૧ તોલો, અજમે ૧ા તોલો, પીપર ૨ તોલા, સુંક ૨ા તોલા, સત્યજ ૧ તોલો, સર્વેતુ વસ્ત્રાગળ ચૂર્ણ કરી ૦ તોલા દર ટકે લેવાથી સારી ભુખ લાગે ઝાડો સાફ આવે અર્થ થાય.

પ્રમેહ.—૧ ચલુક્યાળ ૨ તોલા, સોનાગેર, સુરોખાર, રૂમી મસ્તકી, જેડીમધ, એલગી, આંબોદળેદર, ગોખર, એ બધાં એકેક તોલા ભાર લઈ બધાંતું ચૂર્ણ કરવું માત્રા ૦ થી ૦ા તોલા દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે લેવાથી પ્રમેહ, પ્રદર, સ્ત્રાવરોધ, મટે છે. (૨) ગોખર ૨ તોલા, સાકર ૨ તોલા, એખરો, જેડીમધ, આસોદ, ઘોળી મુસળી, સાલગે મીથી દેવાનારી, એલગી, તમ, જનવી. દરેક એકેક તોલા ભાર લેવાં અને સર્વેતુ ચૂર્ણ કરવું માત્રા ૦ થી ૦ા તોલાભાર લેવું જેથી નખખાઈ, પ્રમેહ, પ્રદર, મટે.

દાદર—ગાજકરણુ દદુ-ટંકણુખાર, ઇસેસ, કાયો, ગધક, કુવાડીયાનાં બી, મોરચુચુ, એ બધાં સંભાગ લેવાં અને કપૂર અર્ધો ભાગ, એ બધાંને લીધુના રસમાં ખરલ કરી નાની નાની ટીકડીઓ બનાવવી તે ટીકડીઓ પાણીમાં ઘસી લગાવવાથી દાદર ખસ ખરજવું મટે.

ખાંસી.—જલ્દળ, વાવડીંગ, ચિત્રકમળ, તમાલપત્ર, ચંદન, સુંક, લવંગ, એલગી, કપૂર, હરડે, આમળાં, મરી, પીપર, વસંતોચન, અને તમ એ દરેક એક એક તોલો તથા બાંગ ૭ તોલા એ સર્વેના સમાન સાકર લઈ મર્વેતુ ખારીક ચૂર્ણ કરવું. માત્રા ૦ તોલો લેવાથી ખાંસી-દમ-તે મટાડે છે અને રાત્રે ઉંચ આવે છે.

શીળસ.—Urticaria—કુંડું, દેવદાર, ૨ તોલા, નાગરમેથ ૨ તોલા, અતિવિષ ૧ તોલા, ગરમાળાનો ગોળ ૩ તોલા, મર્વે એકત્ર કરી ૩ પડીકાં કરવાં દરેક પડીકું મવાશેર પાણીમાં ઊકાળવું. ઊકાળતાં ૦, પા શેર પાણી રહે ત્યારે ઉતારી વજ્રથી ગાળી લેવું—પછી દિવસમાં ત્રણ વખત પાણુ-આ મુજબ ત્રણ દિવસ ત્રણ પડીકી પીવી જેથી શીળસ મટે. (૨) ઇન્દ્રામણનાં મૂળ ૦ા તોલો કાળાં મરી ૦ તોલો સવાર માંજ આવી જવાથી શીળમ મટે—

દાદર.—ગળમાળાની શીંગો નંગ ૨૦ લોખાન પાંચ તોલા, નાળીએરની કાયલીઓ ૪ શેર, નવસાર ૫ તોલા, ગરમાળાની શીંગો તથા કાયલીઓનો અધકચરો લુકો કરી નાખવો. તથા નવસાર અને કપૂરનો પણુ તેવોજ લુકો કરી હાંદલામાં બધાંને ભરવાં. તે હાંદલામાં આવે તેવું નાનું છાલીયું અંદર મુકવું. પછી હાંદલા ઉપર અંધર રહે તેવી લોટી મુકવી. તેને ખુબ કપડામટી કરી લેવી અને તેમાં (લોટીમાં પાણી ભરવું) પાણી નાખવું પછી ચુલે ચડાવવું ધીમી આંચ આપવી જેથી અંદરના પાત્રમાં ગરમાળાનો અર્ક ભરાઈ રહેશે. તે અર્ક દાદરને લગાવવાથી દાદર અવસ્ય મટે. (અનુભવેલ)

કમળો.—અરુમાનો રસ ૧ તોલો, સાકર ૦ા તોલો, મધ ૧ તોલો, બધાં મેળવી પીવાથી કમળો મટે. ઉપર મુજબ બનાવી દિવસમાં એ વખત સવાર સાંજ પીવું.

દમ-ઉધરસ—અરુસાનો રસ ૧ તોલો, ત્રિફળા (હરે, ખડેડાં આમળાં) ૧ તોલો, ગાયનું માખણ સર્પને એકત્ર કરી ૧૦ તોલો દિવસમાં બે વખત લેવું.

અજીર્ણ-અશ્વિ—અકલકરો, સીંધાલુણ, ચિત્રા, આવળકંટી, મરી, પીપર, હરિતકી, અજમો, એ બધાં એક એક ૧ ભાગ અને સુંક ૨ ભાગ સર્વેનું વસ્ત્રાગાળ ચૂર્ણ કરી-ખીંજોરાના રસની ભાવના આપી, ગોળાઓ કરવી. અગર ચૂર્ણના રૂપમાં રાખવું. શક્તિ અનુસાર સેવન કરવાથી અજીર્ણ, અશ્વિ, સળેખમ, ઉધરસ, ઇત્યાદિને મટાડે (અકલકરાદિ અથવા અમૃતપ્રભા ચૂર્ણ કહેવાય છે.)

વીંછી વિષ—ઝંઝોટાના પાનનો રસ લગાવવાથી વીંછીનું વિષ નાશુદ થાય—અથવા ઝંઝોટા (અંધારો)ના મૂળને પાણીમાં ઘસી કંપ ઉપર લગાવવું.

સુંઢમાર—ચોટ Contusion—આવળના પાન, હળદર, સીંધાલુણ, રેવંચીનો શીરો, એ બધાંને એકઠાં કરી ચૂર્ણ કરી થોડા પાણીમાં ખદખદાવી સુંઢ મારના સેવન ઉપર લગાવવું (આ ઉપચારનો ગામઠંઝોમાં તેમજ શહેરમાં મજૂર વર્ગના લોકો ખડુ ઉપયોગ કરે છે.) ઉપરનો લેપ અથેજ દવા “લીનીમેન્ટ આઇયોડી” કરતા વધારે ફાયદાવાળો છે. (અનુભવી)

અતિસાર—ઇંદ્રજવના ઝાડના મૂળનો રસ તોલા ૨૦ લઇ ઉકાળવો, જરા ઘટો થાય ત્યારે સુંક, મરી, પીપર, જયફળ, માયાફળ, જવંચી, લવીંગ, વાવડીંગ, મરડાશીંગી, નાના સુંકાં ખીલાં, ખડેડાં છાલ, નાગકેસર પ્રત્યેક અંકેક તોલા ભાર લઇ ચૂર્ણ કરી ઇંદ્રજવના રસમાં નાખી બધાનું મિશ્રણ કરવું. પછી ચણા પ્રમાણે ગોળાઓ કરવી ૧ ગોળા ઘાટી જાગમાં દેવાથી અતિસાર અને સંગ્રહણી મટે. પાંડુરોગ વાળાને ગોમુત્રમાં ઘસી પાવી જેથી પાંડુ રોગ મટે.

પેસાખ બધ—૧ કરડુ (લાંબડી)નાં બી ૧ તોલો, સાકર ૧ તોલો, બનેને એકત્ર કરી ચાર ભાગ ઈંદ્રવા તેમાંથી બે ભાગ પાણી સાથે એકી વખતે લેવા. જેથી પેસાખ છુટશે કદાચ ન છુટે તો ખીંજો ભાગ આપવો (અનુભવી) ૨—કેળનું પાણી ૫ તોલા, લઇ તેમાં સહેજ ગરમ કરેલું ઘી ૨ તોલા, મેળવી પાવાથી પેસાખ છુટે.

પ્રમેહ—૧ પ્રદર-ગળોનો અગ રસ ૨ તોલા, હળદરનું ચૂર્ણ ૦૧ તોલો, ગેર બે આની ભાર, મધ ૨ તોલા, બધાંને એકત્ર કરી દિવસમાં ત્રણ વખત પીવું જેથી પ્રમેહ, પ્રદર મટે. (૨) ખાખરાનાં ફુલ તોલા ૨૦ રાત્રે ૫ તોલા પાણીમાં ભીંજવી રાખી સવારે તે પાણી ગાળી લઇ તેમાં સુરોખાર ૦૧ તોલો સાકર ૩ તોલા નાખી પાવાથી પ્રમેહ-પ્રદર મટે.

ઉનવા—પેસાખ બળવો—હુંણીની ભાજનો ૨૫ તોલા ૫, માં માકર તોલા ૨, મેળવી પાવાથી ઉનવા મટે. ત્રણ દિવસ સુધી પીવાની નરર રહે છે.

આણવા જોગ.

સાધુની સંખ્યા—હિંદુસ્થાનમાં ૫૦ લાખ સાધુઓ છે, ને તેમનો દરરોજનો બે આના લેખે એકંદરે રોજનો ખર્ચ સવા લાખ અને વર્ષનો ૨૨-૨૩ કરોડ રૂપિયા થાય છે.

મરણ—દરેક મિનિટે દુનિયામાં ૬૭ મરણ ને ૭૦ જન્મ થાય છે.

અમેરિકાનું ધન—આપણે હિંદુસ્તાન દેશ પહેલાં સોના રૂપાથી જાનવણી રહેલો હતો. પરંતુ આજે કેટલાક લોકોને પેટ ભરીને ખાવાનું પણ મળતું નથી એટલી બધી ગરીબાઈ છે. હિંદુસ્તાનના ધનવાનોના ધરમાં ૮૨૫ કરોડ રૂપિયા પ્રત્યેક પ્રગણે નિઃશ્વ પડ્યા છે. એ રૂપિયાનો ઉપયોગ દેશના દુરર ઉદ્યોગ ખીલવવાને કે ગરીબોના ભવાને માટે થતો નથી પણ પોતાના જ જીવની તૃપ્તિ માટે ધનવાનો સંધરી રાખે છે.

હિંદુસ્તાનમાં તો ફક્ત ૮૨૫ જ કરોડ રૂપિયા છે. પરંતુ અમેરિકાના યુનિટેડસ્ટેટ્સના કેટલાક ધનવાનોનું ધન ભેદ આપણે ચકિત થઈ જાય છે છીએ. અમારા વાચકોની નજર સાઝ તે આકાશ નીચે આપીએ છીએ.

નં.	નામ.	રૂપિયા.	નં.	નામ.	રૂપિયા.
૧	જેન. ડી. રૉકફેલર.	૧૮૭૫૦૦૦૦૦૦	૧૨	જે. ડી. આર્ચર.	૧૮૭૫૦૦૦૦૦૦
૨	એડ્વ. કાર્નેગી.	૯૩૭૫૦૦૦૦૦૦	૧૩	અલવર વેગનિશ.	૧૮૭૫૦૦૦૦૦૦
૩	ડગ્લસ. ડગ્લસ.		૧૪	જે. બી. હેગગિન્સ.	૧૫૬૨૫૦૦૦૦૦
	આઇર.	૬૨૫૦૦૦૦૦૦૦	૧૫	જે. એચ. સ્મિથ.	૧૫૬૨૫૦૦૦૦૦
૪	જે. પી. મોરગન.	૭૮૧૨૫૦૦૦૦૦	૧૬	હેનરી દિપ્પસ	૧૫૬૨૬૦૦૦૦૦
૫	વિલિયમ રૉકફેલર.	૩૧૨૫૦૦૦૦૦૦	૧૭	મિસિસ હેડીમીન	૧૨૫૦૦૦૦૦૦૦
૬	ડગ્લસ. કે વેન્ડર		૧૮	એ. જી. વાન્ડર બિપ્પ.	૧૨૫૦૦૦૦૦૦૦૦
	વિલ્ડ.	૩૧૨૫૦૦૦૦૦૦	૧૯	જે અગરોન	
૭	એચ. સી. પિંક.	૨૫૦૦૦૦૦૦૦૦		આરમર.	૧૨૫૦૦૦૦૦૦૦
૮	ડિ. જો. મિલ્મ.	૨૫૦૦૦૦૦૦૦૦	૨૦	જે. જી. ગોલ્ડ.	૧૨૫૦૦૦૦૦૦૦
૯	મારશલ શીફોર્ડ.	૨૩૪૩૭૫૦૦૦૦	૨૧	ઈ. ડી. ગેરી.	૧૨૫૦૦૦૦૦૦૦
૧૦	હેનરી એમ. ફ્લેગર.	૨૩૪૩૭૫૦૦૦૦	૨૨	આર. ડગ્લસ ગોલ્ડ.	૧૨૫૦૦૦૦૦૦૦
૧૧	જે. જે. હીલ.	૧૮૭૫૦૦૦૦૦૦			

આ ધન આપણા હિંદુસ્તાનની ચેડે સ્થિર પડી રહેતું નથી. પરંતુ એ વડે તેઓ દેશહિતનાં કાર્યો કરે છે, જે દેશનું ધન જેટલું વધારે કરે છે, જેટલું વધારે ઉદ્યોગધંધામાં કામ લાગે છે, તેટલુંજ તે દેશનું ધન વધે છે.

ઇજમમાં ૪ હજાર વર્ષ પૂર્વની વસ્તુ.

હાવડે યુનિવર્સિટીના અધ્યાપક ડૉ. રેન્નરે આફ્રિકામાં ઉત્તર સહ્યાનની પાસે એક જૂની ઇમારત ખોદી ભેદ હતી. તેમાં અનેક અપૂર્વ વસ્તુ મળી આવી છે. આમડાની ટાંકીનો ઉપયોગ કરવામાં આવેલી એક ચાર પગની કાચળી મળી આવી છે. તેના પગ જળદના પાછલા પગના આકારના હોઈ તેના પર મોનાનું મિલિટ અડાવેલું છે. શાહજહાનના પીછાનો પખો મળી આવ્યો છે. તે હજારો વર્ષનો જૂનો હોઈ હજી પણ કામમાં આવી શકે એવો છે. દાંધીદાંતની મૂકવાળી એ તરવારો પણ મળી આવેલી છે.

આ પરથી ચાર પાંચ હજાર વર્ષ પૂર્વ ઇજમ દેશ ઘણો સુધરેલો હતો એ સિદ્ધ થાય છે. જે ઇજમનો આ સુધારો તેને હિંદુસ્તાન કિંવા ખીજ કોઈ દેશ પાસેથી મળેલો હોય તો તે દેશનો સુધારો કેટલો પ્રાચીન હોવો જોઈએ ?

મુખ્ય મુખ્ય દેશોની વસ્તી.

ચીન	૪૦૮૧૮૦૦૦૦	ઇટાલી	૨૮૪૫૯૦૦૦
હિંદુસ્થાન	૩૧૩૫૨૩૦૦૦	ધરાન	૨૮૩૮૮૦૦૦
રશિયા	૧૧૩૩૫૪૦૦૦	સ્પેન	૧૭૫૫૦૦૦૦
યુનાઇટેડકેટ્ડસ	૬૨૬૨૨૦૦૦	ઇજીપ્ત	૬૮૧૭૦૦૦
જર્મની	૪૬૮૫૫૦૦૦	બેન્ગલુમ	૬૦૯૩૦૦
બ્રાજિલ	૩૯૬૦૭૦૦૦	આયર્લેન્ડ	૫૧૭૪૦૦૦
ફ્રાન્સ	૩૭૯૬૦૦૦૦	સ્વીડન	૪૫૬૫૦૦૦
આસ્ટ્રેલિયા	૩૦૫૨૬૦૦૦	પોર્ટુગાલ	૪૫૬૦૦૦૦
બર્માડા	૨૯૦૦૧૦૦૦		

એક લાયકર શોધ.

સિગ્નેર ઉલિન્હી એ નામના ફ્લોરેન્સાઇનના એક શોધકે એક નવીન શોધ કરી છે. આ શોધ પ્રત્યક્ષ ઉપયોગી થાય તો વિમાન વિદ્યાનું મહત્ત્વ ઘર્ણુજ કમી થશે. આ શોધકે સાદા પ્રકારને વિદ્યુત ગતિનું સ્વરૂપ આપવાના પ્રયોગ કરી જોષ વિદ્યુતગતિનું પ્રકારમાં રૂપાંતર કરવાનું એક યંત્ર શોધી કાઢ્યું છે. સૂક્ષ્મ વિદ્યુત લહરો ઉત્પન્ન કરી તેને એક ફિરણુ એવું નામ આપ્યું છે. આ ફિરણુ ઉત્પન્ન થતાંજ તેનો પ્રયોગશાળામાંની સર્વ ધાતુના વાસણો પર પ્રતિધ્વનિ થયો. તેણે એ ફિરણુ ૩૦૦ ફૂટ અંતર પરની એક ભરેલી રીબોલ્વર પર છોડી તે ફોડી દીધી. ત્રણ વર્ષ પર ઉનાળામાં તેણે હાવેમાં આઠ મૈલ અંતર પરની ધાતુની બધ પેટીમાંના જવાલાઓની પદાર્થોને સળગાવી દીધા. આવા પ્રકારનાં ફિરણુનો ઉપયોગ પૂર્ણ કાચુમાં આવે તો આકાશયાનમાંના આસ, દારૂખાનામાંના, કિલ્લામાંના તથા લડાયક સ્થળના હથિયાર વગેરેમાંના દારૂગોળો નિરપયોગી થઈ લડાયક પદ્ધતિમાં તદ્દન ઉપલબ્ધ થશે.

ગજવામાં વાયરલેસ ટેલિગ્રાફ.

ફ્રાન્સમાં નાના સરખાં ગજવામાં રાખી શકાય એવાં દોરડાં વિનાના તાર મૂકવાના યંત્રની શોધ કરવામાં આવી છે. આવી બાતમી પ્રસિદ્ધ થતાંજ બર્લિનના એક લશ્કરી કૉર્-સ્પોન્ડન્સ બ્યુરો માર્ફત એવું પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવ્યું કે આવનાર પ્રકારનું કેવળ પેતાનાજ પ્રયત્નથી જર્મનીએ એક નવીન યંત્ર બનાવેલું હોય તેનાં આજ, બે વર્ષ થયાં અનુભવાતમક પ્રયોગો કરવામાં આવે છે. તેનો બહારનો આકાર ગજવામાં આવતાં ઘડીઆલ સરળો હોય તેના ઉપરના તમક ઉપર અક્ષરો કાઢવામાં આવે છે. તેની મદદથી ૩૦ મૈલ આસવાળાં કોઇ પણ વાયરલેસ ટેલિગ્રાફ યંત્રનો સંદેશો ગ્રહણ કરી શકે છે. સુદ્ધ પ્રસંગે પહેરેગીરોને તથા આગળ ચાલનારાને લશ્કરી હીલચાલનો હુકમ મોકલવાને આ શોધનો ધણો ઉપયોગ થવાનો સંભવ છે.

સ્વયં કાર્યકારી નિર્જીવ સૈનિક.

ઉનિશ શોધકે એક કૃત્રિમ લડવૈયો બનાવ્યો છે. આ લડવૈયો એક મોટા નળમાં ઘાસેલી ખીચ પોલાદની નળાથી બનેલો છે. રણાગણથી પાંચ મૈલ દૂર સ્થિત સ્થળે બેસીને પક્ષ આલાકકારા વાયરલેસ ટેલિગ્રાફ યંત્રની મદદથી ગતિ આપવાથી યંત્રમાંની નળા જમીનપરથી પાંચ ફૂટ ઉપર આવી તેજ વખતે નળામાંથી ૪૦૦ ગોળા અદર રતી શકે એવી બંદૂકથી

ગમે તે દિશાએ ગોળાનો મારો કરી શકાય છે. આવા પાયમે સંનિકો આગળ ગમે તેટલું પાયદળ લશ્કર નિર્માલ્યવત્ થશે, એવું એ રોધક કહે છે. આ સિપાઇનો ભયકર અગ્નિ વરસાદ બંધ કરવાને તેગાના પ્રત્યેક સિપાઇ વ્યક્તિને હાર કરવી જરૂરની છે. પરંતુ પ્રત્યક્ષ મુદ્દમાં આ કામ ઘણું જોખમ ભરેલું છે, એ ખુલ્લું છે.

મહુવા (કાઠિયાવાડ) ગૌરક્ષક સભાએ કરાંચી અને ઠઠ્ઠાની પાંજરાપોળને આપેલી મદદ.

કરાચીની પાંજરાપોળના મોનરરી સેક્રેટરી મોરારજી સુદરજીએ પાંજરાપોળના ઢોરો સરક્ષણાર્થ મહુવા ગાંધાળામા મોકલવા પરવાનગી માગ્યાથી સુખરૂપ પહોંચે તેવા ઢોરો મોકલી દેવાનો ખુશાલી ભરેલો ખુવાસો મહુવા ગૌરક્ષક સભાએ લખી મોકલાવ્યાથી દરીમાઇ રસ્તે વહાણોમા રવાને કરેલા કરાચી અને ઠઠ્ઠાની પાંજરાપોળના ઢોર જીવ બસેહ બેતાલીશ મહુવે સુખરૂપ પહોંચતા મહુવા ગૌરક્ષક સભાએ ઘણાજ માન અને ઉપકાર સહ સ્વીકારી નમન વદન કરી કુમતુમના આદલા કરી કુલના હાર પહેરાવી અમીલ ગુલાલ નાંખી વાવટા અને વાજીર સહ ઘણીજ ધામધુમથી શહેર વચ્ચે થઇ ગાંધાળામાં લાવી ખડ કપાસીયા ખવરાવી સારી દેખરેખ ને સમાળ તળે ગાંધાળામા રાખ્યા છે. આવી રીતે મહુવા ગૌરક્ષક સભા દર વખતે દરેક જીવ દયાની સરચાઓને જરૂરી પ્રસંગે યોગ્ય આશ્રય આપવાનું સાહસ કરે છે તે માન મહુવા ગૌરક્ષક સભાના ધર્મ ખાતાને આશ્રય આપનાર દાનેશ્વરીઓને છે. આવા સાર્વજનિક ધર્મ ખાતાને દાનેશ્વરીઓ (ધનીકો) મદદ કરશે તો પરમાર્થ થવા સાથે દેશોદય થશે.

અનુભવી ઉપાયો.

(ગત વર્ષના પાન ૨૧૩ તુ અનુસંધાન)

(લેખક—તંત્રી)

સન ૧૮૮૪-૮૫ના સાલમા હું થીમત ગાયકવાડ સરકારના રાજ્યમા મુલકી ખાતામા આતરસુખા મહાલે અવવ કારકુનની જગ્યાએ નોકર હતો. તે વખતે આતરસુખા મહાલકરીની જગ્યાએ મહેરવાનજી માણુકજી કરીને એક પારસી ગૃહસ્થ મહાલકરી હતા આતરસુખામા સરકારી ડીસ્પેન્સરી ન હોવાથી અને મેં મહેરવાનજી રોકને ઇંગ્રેજ અને સુનાની દવાઓનું સારૂ માન હોવાથી તે વખતના વડોદરા રાજ્યના ચીફ મેડીકલ ઓફીસર સાહેબ બાલચંદ્ર ગવ કૃષ્ણ સરકારી રીતે તેમને દવાઓ મોકલતા હતા અને તેઓ ગરીબગરબા અને બીજા લોકો નેઓ તેમની પામે આવતા તેમને ઇંગ્રેજ અને સુનાની દવાઓ આપી સારવાર કરતા

હતા. મારી બદલી આતરસુંબા મહાલે થવાથી પોતે ઘણા ખુશ થયા હતા. તેમની પા આતરસુંબા તળના અને તાલુકાનાં ગામડાંના સખ્યાબંધ લોકો દવા લેવા આવતા હતાં. અમારા કચેરીના ટાઇમ સિવાયના વખતમાં અમે દરદીઓને દવા આપવાનું ને સારવાર કરવાનું કામ કરતા હતા. તેમની પાસેથી મને યુનાની અને ઈંગ્રેજી દવાઓ સંબંધી કેટલું જ્ઞાન અને અનુભવ મળ્યો હતો. અને તેઓએ પોતાની પાસેની અનુભવી દવાની નેટ છું મને નકલો કરી લેવા આપી હતી જેની નકલો અद्याપિ મારી પાસે છે. તે વખતે માર દેશ દવા સંબંધીનું જ્ઞાન પણ ઘણું જ તાજું હતું. રોગના નિદાન ચિકિત્સા વગેરે સંબંધીના શ્યો અને કાવ્ય મળી લગભગ ત્રણ ચાર હજાર મારા કક્ષાય હતાં, અને હજુ પણ ઘણાં જેવાં તેવાં યાદ રહ્યાં છે. મારા અનુભવમાં આવેલી દવાઓની નોંધ મેં તેમને આપી હતી એ તેની નકલ તેમણે કરાવી લીધી હતી. હું આતરસુંબા મહાલે હતો તે વખતે વડોદરામાં મહા રાણી સાહેબ માતૃશ્રી ચિમનાબાઈ સાહેબની તખીયત નાહુસ્ત હતી અને તેમની સારવા સર બાલચંદ્રરાવ કૃષ્ણ ચીફ મેડીકલ ઓફીસર સાહેબ કરતા હતા. આ સારવારમાં દેશી દવા સંબંધીની મારી મદદની જરૂર લાગ્યાથી તેઓ સાહેબે સરકારી રીતે લખાણ કરી સરખ પગારે મારી બદલી વડોદરા તાલુકાના વહીવટદાર સાહેબની કચેરીમાં કરાવી હતી જેથી ડા. સર બાલચંદ્ર રાવ સાહેબની સાથે મારો ઘાઠો પરિચય થવાથી મને દેશી અને વિદેશ દવા સંબંધી જ્ઞાન પ્રાપ્ત થયું હતું. તે વખતે હું અમદાવાદી પોળમાં રહેતો હતો હું જે શેરીમાં રહેતો હતો તે શેરીમાં એક કંઠવા પાટીદારની પત્નીને સાતમે માસે ગર્ભપાત થયો હતો, અને તે ગર્ભપાતને લીધે હદયહારનો રક્તસ્રાવ થવા લાગ્યો. અમદાવાદી પોળ નજીકમાં તે વખતે એક સારાંને અનુભવી મીડવાઈફ રહેતાં હતાં તેની સારવારથી બ્યારે સ્રાવ બંધ ન થયો ત્યારે તેમણે ડા. બાલચંદ્રને બોલાવવા બલામણ કરી અને તેમણે તેમને બોલાવ્યા. ડૉક્ટર સાહેબે તેને તપાસી દવા આપી હતી. અને જતી વખતે તેમને કહ્યું હતું કે સ્રાવ બંધ ન થાય તો બોગીલાલની સલાહ લેજો એમ કહી તેઓ ગયા હતા. પરંતુ સ્રાવ ચાલુજ રહેવાથી ધરના માણસો ગમરાયા ને મહાઈ મકાન પાડોશમાં હોવાથી મને બોલાવી ગયા. તાત્કાલિક સ્રાવ શી રીતે બંધ કરવો એ વિચાર મને આવવા લાગ્યા. દવાની અમર થતાં વાર લાગશે ને વખતે બાધના જીવને જોખમ લાગશે. મારા મનમાં તાત્કાલિક ઉપાય મુજબો કે બાળમાંથી નીકળતું પાણી બંધ કરવા જેમ કપડાનો ડુબો મારવામાં આવે છે તેવોજ ઉપાય તાત્કાલિક કર્યો હોય તો સ્રાવ થતો બંધ થાય. મેં તુરત નવું પીજેહું ર મગાવ્યું અને તે બાધના જનનેદિયના બાગમાં દાખીને બરવા કહ્યું. ‘આ’, ઉપાયથી જનનેદિયના બાગમાંથી આવતું લોહી અટક્યું અને મેં તુરત એ બાધને આધાના રસમાં શુદ્ધ કરેલા અશી-ણની માત્રા આપી. ઇશ્વરની કૃપાથી બાધને થતો સ્રાવ બંધ થયો અને લોકોએ ઉપકાર માન્યો. અત્યારેનું કે ગર્ભપાતમાં થતા સ્રાવ વખતે જરૂરને પ્રસંગે હજુ પણ એ ઉપાય હું કામે લગાડું છું.

સંવત ૧૬૪૦ ની સાલમાં ખેરાલુથી કાર્તિકી પૂર્ણિમા ઉપર ખેરાલુના મેઠ વહીવટદાર સાહેબ તથા હું તથા જહાત ઇન્સ્પેક્ટર પરચારા બારકર વગેરે સિદ્ધપુર કાર્તિકી સ્નાન માટે ગયા હતા. કાર્તિકી પૂનમ ઉપર હળશે માણસો ત્યાં યાત્રા માટે આવે છે. ગામના રસ્તાઓ અને મહેલોઓમાં પણ ઘણી ભીડ હોય છે. અમે પ્રાતઃકાળમાં સરસ્વતી નદીના કિનારે પહોંચ્યા હતા. અને ત્યાંજ અમારા ગાડાં છોડાવી જનજમ પાચરી મુકામ-કર્થો દતે.

અને સ્નાન કરવા જવાની તૈયારીમાં હતા તેવામાં મીંઠ પરસુરામ બારકરનાં પત્નીને એક દમ હીસ્ટીરીયા રીટસ (ખેંચારા) આવવા લાગ્યા ને તે બેભાન થવાથી જ્યાં ગમરાવા લાગ્યાં. આવી સંધની ગરદીમાં ડોક્ટરની મદદ મળે તેમ નહોતું અને તે વખતે ઘણે ભાગે સરકારી દવા ખાનાં પહોં નહોતાં. મીંઠ પરસુરામ કહેવા લાગ્યા કે આવી સ્થિતિમાં ત્રણ ચાર કલાક તેમના જશે. મેં કહ્યું કે હું એક વનસ્પતિ લાવું છું ને તેમને જગૃત કરે છું. નદિના કિનારે ફરતાં મને કડીનાઈનાં પાંન મળ્યાં તેમજ બોયરંગણીનાં પાંન મળી આવ્યાં. મેં તુરત પત્થર વતી બોયરંગણીનાં પાનને વાટી તેના રસનાં ટપકાં સદર બાંધના નાકમાં નાખતાં તેની યાન તંત્ર ઉપર અસર થઈને બાઈ શુદ્ધિમાં આવી ગઈ. ગયા વૈશાખ માસમાં હું નડીયાદમાં હતો તે વખતે સખ્ત કંઠરોગનો રોગ ચાલતો હતો એક મોટા અમલદારના પૂતની પત્નીને હીસ્ટીરીયા આવવાથી તે બેભાન પડી હતી, ડોક્ટરે આંખે પાણી છાંટ્યું અને એમોનીયા સુધાડ્યાં છતાં તે શુદ્ધિમાં આવ્યાં નહોતાં બપોરના વખતે મને મારા ઘેરથી બોલાવ્યો હતો. તે બાઈ ગર્ભવંતી હતી, છ સાત માસનો ગર્ભ હતો. મેં જઈને તુરત સફેદ ડુંગળી મંગાવી અને પત્થર પર કચરાવી એક મલમલ જેવા બારીક કપડામાં સુધી તેની પેટપટી તે બાંધના નાક આગળ ધરી રાખવા કહ્યું લગભગ ત્રણ કે ચાર મિનિટમાં તે બાઈ શુદ્ધિમાં આવી ગઈ.

સન ૧૯૦૭ ની સાલમાં હું વીસનગરમાં વડાલાતનું કામ કરતો હતો. તે વખતે ખેરાલુથી તારંગા અને અંબાજી તરફ લઈ જવામાં આવતી રેલ્વે ખાતામાં રૂ. ૨૦૦ કે ૩૦૦ ના પગાર ઉપર હેડ સુપરવાઇઝર બાબુ મીથનલાલ કરીને હતા. સન ૧૯૦૭ ના ઓગસ્ટ માસના અરસામાં તેમનાં પત્નિને પ્રસવ થયા પછી બચકર સુતિકાજ્વર આવવા લાગ્યા હતા અને તેનું નિવારણ કરવા માટે તેઓ સાહેબે પ્રખ્યાતમાં પ્રખ્યાત એવા સર્જનોત્તી અને અમદાવાદમાં પ્રખ્યાત ગણાતી મીડવાઈડેની દવાઓ અને સલાહ લીધી હતી પરંતુ પ્રસૂતિને અરાડ દિવસ થઈ ગયા છતાં એ બચકર જ્વર બધ થયો નહોતો. અને દરરોજ બપોર પછીની ટેમ્પરેચર ૧૦૪-૧૦૫ થતી હતી. ડોક્ટરોએ અને મીડવાઈડેએ બ્યારે તેમની બચવાની આશા છોડી ત્યારે ખેરાલુમાં રહેતા મહારા કેટલાક મિત્રોએ તેમની પત્નીના રોગ નિવારણ કરવા માટે માદી, મલાહ લેવા અને દવા શરૂ કરવા બલામણ કરી અને તેઓ સાહેબે મને ખેરાલુ બોલાવ્યો. દરદીની તખીયત બહુજ હેરાન હતી. આવો કેસ હાથમાં લેવો એ બધા અને અપયશ ભરેલું કામ છે એમ મને લાગ્યું. જો આવો બચકર કેસ મટાડવામાં આવે તો પરમહંસાણ બાલા ત્રિપુરા શ્રી બહુચરાજી માતાના ખેરાલુના મંદિરમાં ખર્ચ માટે મોટી રકમ આપવાની આશા હતી. અને તેઓ સાહેબે પહોં મારી આવી શુભ ઇચ્છા જોઈ તેમ કરવા વચન આપ્યું હતું. બ્યારે આવો બચકર કેસ હાથ લેવામાં મહારો સ્વાર્થ નહોતો, એટલે મેં નિર્ભયપણે તે કેસ હાથમાં લીધો. આ વર્ષમાં મારા પુત્ર રો. મંજુલાલનું દવાખાનું વડનગર અને વીસનગર હતું. પરંતુ મને મૂળથીજ ઇચ્છે દવાઓ કરતાં દેરી દવાનો વધારે વિશ્વાસ હોવાથી મેં તે બાઈને અર્કોદિ કાઢો આપવા માંડ્યો અને તેની સાથે જ્વરનાશક દવાઓ આપી શરૂ કરી. હું દરરોજ રાતે વીસનગરથી ખેરાલુ જતો અને ખેરાલુથી સવારની ગાડીમાં નીકળી વીસનગર આવી માફ વડાલાતનું કામ કરતો. દિવસમાં બે કલાકને આંતરે તેઓ તેમની પત્નીની તખીયતના સમાચાર તારથી આપતા. પંદર દિવસની સારવારથી તેમનો તાવ ઉત્તરોત્તર ઓછો થતો ગયો અને છેવટે અરધી કે એક ડીઝી સુધી ચડતો. પરંતુ તદન નિર્મૂળ થતો નહિ. આ તાવને શી રીતે કાઢવો તે માટે મેં પૂર્ણ વિચાર કર્યો

અને તાવની ગરમી બહાર કાઢવા માટે ઉત્તમ જાતની કસ્તુરીને થોડા પ્રમાણમાં આપવા નક્કી થયું. બાપુ મીથનલાલના સ્નેહી ડોક્ટરો અને ઉચ્ચવર્ગના અમલદારો હતા. કસ્તુરી આપવા પહેલાં મેં તેમને મારા વિચારો જણાવ્યા ને કહ્યું કે આખા પછી રોજના દરતાં ટેમ્પરેચર વધરો. ને તે કમી થયા પછી ફરી તાવ આવશે નહિ. તેઓ બધા એના નિશ્ચય ઉપર આખા કે કસ્તુરી આપવાથી સુધરેલો કેસ બગડશે. પરંતુ મને લાગ્યું કે તે આખાથીજ કાયદો થશે. મારા વિચારો જ્યારે ઢઢ જોયા ત્યારે તેમણે કહ્યું કે તમાગ જોખમે આપણી હોય તો આપો. મેં ઇષ્ટ દેવીનું સ્મરણ કર્યું ને કસ્તુરીનો ડોઝ આપ્યો એક કલાકે તો ટેમ્પરેચર વધી એકસો એક કે ડોઢ સુધી ગઇ. તે દિવસે સાંજે બધા ભેગા થઇ વિચાર કરવા લાગ્યા કે સુધરેલો કેસ તેમણે બગાડ્યો. પરંતુ મારી ઢઢ ભાવના તેમનો તાવ દુર કરવાની હતી તેમાંથી માફ મન જરા પણ ઇચ્છું નહિ. ખીમ દિવસે સૂર્યોદય પહેલાં તાવ તદન જતો રહ્યો હતો અને દરદીને હંશીયારી જણાતી હતી. આ પ્રમાણે તેમની સારવારથી તેમને આરામ થયો હતો, અને બાપુ મીથનલાલજીએ ખુશાલીમાં મોટી રકમ માતાજીમાં વાપરવા અર્પણ કરી હતી. બાપુ મીથનલાલે મને આપેલું સરટીફિકેટ નીચે પ્રમાણે છે.

Kheralu 6/10/07.

It is with extreme pleasure that I write of the recovery of my wife from that dreadful disease which the doctors call puerperal fever. I left no stone unturned in seeking the medical aids against this horrible disease but had failed everywhere. The best known physicians were consulted but no body gave me hopes and the case, day by day was going from bad to worse. In short when the patient was exhausting and leaving us for funeral ceremonies, a friend introduced Mr Bhogilal Trikanlal, High Court pleader & Native Vaidya of Visnagar to me. To my astonishment his medicines acted as magic. It will not be out of place if I say that Mr Bhogilal just wrought a miracle as Christ had done. His native medicines, which are much superior to the English drugs used, seem to have been prepared scientifically and with great care. My wife was totally cured of the disease under his treatment in a month's time.

From this I can freely recommend his treatment to the most dangerous cases

(Sd) BABU MITHAN LAL

Head Supervisor R. M. Railway.

Kheralu.

ખેરાળુ તા. ૬-૧૦-૦૭.

મને લખ્યાં અતિથય આનંદ થાય છે કે મ્હારી સ્ત્રી, કાકરો જેને સ્તિષ્ઠા જ્વર (Puerperal Fever) કહે છે તે બપંદર રોગમાંથી સાજ થઇ છે. આ બપંદર રોગ

મટાકવા માટે આપધોપચારની મદદ શોધવામાં મહેં કંઈ બાકી રાખી નહોતી પરંતુ દરેક ટેકાએ નિષ્ફળ થયો. પ્રખ્યાતમાં પ્રખ્યાત ડાક્ટર (સર્જન)ની સલાહ લેવામાં આવી હતી, પરંતુ કોઈએ મને આશા આપી નહિ; અને કેમ દિનપ્રતિદિન વધારે ખરાબ થતો ચાલ્યો. છેવટે જ્યારે દર્દી અતિશય નિર્ભય થવાથી અમારે દહનક્રિયા કરવાની તૈયારી કરવાનો વખત આવ્યો હતો, તેવામાં એક મિત્રે રા. ભોગીલાલ ત્રિફલકાલ, વરિષ્ઠ ન્યાયાધીશીના વૃક્ષીલ તથા આર્ય-વૈવંતુ મહેને ઝોળખાણ કરાવી આપ્યું. તેમની દવાએ જાડની માફક અસર કરી તેવી હતી આશ્ચર્ય પામ્યો. રા. ભોગીલાલે, ઇસુખીરતે (કાઈરતે) ક્યો હતો તેવો એક ચખતાર કરી બતાવ્યો છે એમ કહ્યું તો તે અતિશયોક્તિ નહિજ ગણાય. તેમની દેશીદવાઓ, જે ઇંગ્રેજ દવાઓ વપરાય છે તે કરતાં, ધણીજ ઉત્તમ છે, શાસ્ત્રીયરીતે અને ધણીજ કાળજીથી બનાવવામાં આવે છે એમ મહેને લાગે છે. મ્હારી પત્નીનું દરદ એક માસમાં તેમણે જડમળથી નાબુદ કરી કીધું છે.

આથી બધું કરમાં બધું કર બાધિથી પીડાતા માણસને તેમની (રા. ભોગીલાલની) દવા વાપરતા હું ખુદા દિલથી બલામણ કરી રાકું છું.

(સહી) બાબુ મિથનલાલ.

હેડ સુપરવાઇઝર આર. એમ. રસ્કે. ખેરાળુ.

કેલેરાના સંખ્યાબંધ દરદીઓને મેં સારા કરેલા છે અને તે સંખ્યામાં ઘણાં સરટી-શીકેટ અને માનપત્ર વડોદરા રાજ્યના મીર મેડીકલ ઓફીસર સાહેબ મારશલ મને મળેલાં છે. કેલેરા કે પ્લેગ જેવા જેવી રોગો વખતે મનમાં ભય રાખવાથી જેવા રોગના પંજામાં ઘણા માણસો સપડાઈ જાય છે. સંવત ૧૯૫૪ ના આસો માસમાં ખેરાલુમાં શ્રી બહુચરણ માતાની સ્થાપના કર્યા પછી તે દેવાલયના આગળ મંડપ બેઠક માટે ઝોટવા અને સાયેના મહાદેવના દેવાલયને લગતો છોળખ મોટા ચોક અને તે ઉપર બેઠકોના ઝોટલા કરવા વિચાર થયો હતો. આ કામમાં લગભગ રૂ. ૫૦૦-૬૦૦ ખર્ચ થાય તેમ હતું અને તેટલી રકમ ખર્ચ કરવાનું સાધન મને તેમ નહતું. સંવત ૧૯૫૪ ના સાલના આવણ બાદરવા માસમાં ખેરાલુમાં સખત કેલેરા ચાલી રહ્યું હતું તેવામાં હું ખાનગી કામ માટે નડીયાદ જઈ બપોરના મેં તાગતાં ખેરાલુ આવ્યો હતો. રસ્તામાં કુધા લાગવાથી મેં મગફળીની શીંગોના દાણા ખાધા હતા. ખેરાલુ આવ્યા પછી મને ઝાડા થવા લાગ્યા હતા. અને સંખ્યાકાળ સુધીમાં દસ ખારઝાડા થયા હતા. ઝાડાનો અટકાવ જો કે મેં અવારનવાર ખીજ દવાઓ લીધી હતી પરંતુ તેની કંઈ પણ અસર થઈ નહોતી. સંખ્યાકાળની વખતે મ્હારા મિત્ર રા. રા. શંકરભાઈ નોંધણી કામદાર મારે ત્યાં આવ્યા હતા તેમણે મને પોતાને ત્યાં આવવા આમંત્ર્ય કર્યો હતો. મેં તેમને ના કહ્યા છતાં તેમના દુરાગ્રહથી હું ત્યાં જવા તૈયાર થયો. મેડા ઉપરની બારીઓ બંધ કરી તેમને ત્યાં જવા વિચાર થયો. મેડે ગરબો પછી મને વિચાર થયો કે આટલી બધી દવાઓ પાસે છતાં એક પણ દવા આ વખતે આપણા કામમાં આવતી નથી. મને એકાએક વિચાર સુઝ્યો કે, મુમઝમાં ધણીજ દુકાનો ફરી ઉંચામાં ઉંચી દસ્તુરી તોલાના રૂ. ૫૦) ખરચી આણેલી છે. તે પણ કામ લાગે છે કે નહિ એમ વિચાર કરી પેટીમાંથી લગભગ ત્રણેરના દાણાથી પચ્ચ કંઈક વધારે દસ્તુરી મેં દાદી અને “ કહાણું કોચનો કામ રૂ ” એ કહેવન પ્રમાણે તેને હું ચારી ગયો અને પાણી સાથે ઉતારી દીધી. પછી મેડાની બારીઓ બંધ કરી હું તેમની સાથે તેમને ઘેર ગયો. મેં બાધિલી દસ્તુરી પ્રમાણ કરતાં વધારે હતી. તેમનાં પત્ની દુવાનાં

ચોપડાં ઘઉંનાં કરતાં હતાં. મને જમના માટે આગ્રહ કર્યો તેથી હું જમવા બેઠો. કસ્તુરીનો સખત ડોઝ પેટમાં જવાથી આખું શરીર ગરમ ગરમ થઇ ગયું હતું. હું જમવા બેઠો તે વખતે મને અત્યંત ક્ષુધા લાગી હતી તેથી તેઓ મને પીરસતાં ને હું જમી જતો. પ્રમાણ કરતાં હું વધારે જમ્યો પરંતુ ક્ષુધા વૃદ્ધ થાય નહિ. મેં શંકરભાઈને કહ્યું કે કસ્તુરીના સકત ડોઝથી હું કેટલું ખાઉં છું તેનું મને બાન નથી. હું હાથ ધોઇને ઉડી ગયો તેમણે મને પંધારી કરી આપી તેમાં હું 'સુનો ને તરત નિદ્રા આવી. આખી રાતમાં ખીલકુંલ જમ્યો નહોતો. સવારે ઉઠીને હાથ તરફ દ્રષ્ટિ કરી તો મારા નખ ઢાળા પડી ગયેલા હતા. ઉપરના પ્રયોગથી હું કોલેરા જેવી મરણની ધાંડીમાંથી બચ્યો. આ બનાવને માત્ર ત્રણ આર દિવસ ગયા. મારા મિત્ર વડીલ મીઠું ધનજીભાઈ હરગો-વિંદાસ કોલેરાના દરદર્થી પકડાયા તેમણે મને ખબર આપેલી નહિ. દવાખાનાના ડોક્ટર તેમના મિત્ર હતા. તે સારવાર કરતા હતા પરંતુ સાંજની વખતે મને તેમણે બોલાવ્યો કારણ તે વખતે તેમની તબીબત લથડી હતી. હું ત્યાં ગયો. મેં તેમને મારી વ્યાધિનાશન-રસ નામની દવા જે કે કોલેરા ઉપર અકસીર છે તેમાં મારી પાસેની કસ્તુરી મેળવી આદાના રસમાં આપી અને ચોડીવારે કોલેરાડાઇન અપ્યું તેમની તબીબત એ દવાથી સારી થઇ. મારી પાસે તે વખતે ઉત્તમ જાતની કસ્તુરીનો સારો જથ્થો હતો. ગામમાં ધણી લોકો કોલેરાથી પકડાતા તેમને બચાવવા માટે પ્રયત્ન કરવા મારું મન દોરાયું. હું સ્થળે સ્થળે જઈ દરદીને બેતો તેમને પ્રથમ વ્યાધિનાશન રસ અને કસ્તુરી સાથે મેળવી આદાના રસમાં આપતો અને પા કલાક પછી કોલેરાડાઇનનો ડોઝ આપતો કે દરદીનું પેટ ચઢવા પામે નહિ. દરદી પાસેથી હું કંઈ લેતો નહિ આરામ થયા પછી નિદાન ૩ ૧) કે તેની ઇચ્છા આવે તે શ્રી બહુચરાજી માતાના ખર્ચ માટે આપના કહેતો. એક મોટા પગારના અમલદારને રાત્રિના બાર વાગતાં કોલેરા થયું હતું. મને મધ્યરાત્રે બોલાવ્યો હતો તેમનાં પત્ની બહુ ગમ્મરાઈ ગયાં હતાં અને અચુપાત કરતાં હતાં કોલેરાનો વેગ સકત હતો મેં તેમને ધૈર્ય આપ્યું ને કહ્યું કે તેમને મટતા સુધી હું અહીં બેઠો છું. મેં દરદીની શુભિ કરીને દવા આપી અરધા પોણા કલાકે ઝાડો ઉઠતી બધ થઇને તેઓ શાન્ત નિદ્રા લેવા લગ્યાં તેઓએ ખુશી થઇ માતાનો મંડપ બાંધવા માટે પતરાં મેળવગેરે રૂ. ૧૦૦) ઉપગતનો સામાન મને અપાવ્યો. કશ્વરીની ઇચ્છાથી કોલેરાની સારવારમાં ૫૦૦-૬૦૦ રૂપિયાની રકમ બેગી થઇ ગઇ અને માતાજીના દેવળ આગળ એક બન્ધ મંડપ બેઠો માટે જે બાળુ પથરના એટલા ચારે બાળુ લોડાની જળા કમાડ સાથે મંડપના મધ્યભાગમાં એક શંકરની બન્ધ મૂર્તિ જેની જટામાંથી એક કુવારાની પાછપ બહાર કાઢેલી તેમાંથી ઉનાળાના દિવસોમાં પાણીની અનેક ધારાઓ ઉડી શકરની આજુબાજુ મુકેલા થાળમાં થઇ પરભારે તે પાણી સાથું જળ એવી યોજના કરી હતી. વળી જોડેના શંકરના દેવાલય આગળ છેબંધ ચોક કરાવ્યો અને ત્રણ બાળુ બેઠો કરાવી ત્યાં પશુ શંકરના બાણ ઉપર કુવારાની પાછપ મુકાવી ઉન્દાળાના દિવસોમાં શિવરાત્રિથી માંડી ગરમીની રૂઠ પુરી થતાં સુધી શંકરના બાણ ઉપર પાણીની ધારા ચાલતી હતી. પાર્વતી તથા નંદીશ્વરની અને ગણપતિની ખંડીત મૂર્તિઓનો જ્યોત્ષ્ણીધાર કરાવ્યો. બધુઓ! નિસ્વાર્થ બુદ્ધિથી દવા આપતાં શું નથી બનતું? લોકોને આરામ થયો દેવનું ધર્મ થયું અને આપણને યશ મળ્યો. સ્વાર્થયાગ કર્યા સિવાય પરમાર્થ કામ બનતું નથી. કોલેરાના તે પછી આજ સુધીમાં મેં ધણી કેસો મટાડેલા છે.

રામ કાવ્યન.

(લેખક:-ત્રી.)

આ ઔપધ સમયે ચોરમદરના મી. મગગનો લેખ ગન વર્ના ધન્યતરિ માસિકના પૃષ્ઠ ૧૯૬-૧૯૭ ઉપર અમેએ છાપ્યો હતો. અને તેમાં એ ઔપધ કેવી રીતે તૈયાર કરવું એ પણ વર્ણવેલું છે. એ લેખ છાપ્યા પછી રા. રા. પુરોહિત પૂર્ણચંદ્રશર્માએ એ દના સંગ્રહીતો પોતાનો અનુભવ ગને લખી જણાવેલો તે પણ ગતાર્થના પાન ૩૧૫-૧૬ ઉપર પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવ્યો છે. તેમાં મી. રામા લખે છે કે “મે એ દના ધણા દરદીઓ પર અજમાવી છે અને બેચાર સ્નેહીઓને બતાવી અનુભવમા પણ લેવરાવી છે.” આ દનાનાં ૧૧૪ અનુપાન છે તે લખી મોકલવા તેમણે લખેલું તેજ પ્રમાણે ગતવર્ષના ચક્ર ૧૨ નાં પૃષ્ઠ ૪૭૪-૭૫-૭૬ માં રામ કાવ્યનના પદ અનુપાન તેમણે લખી મોકલેલાં છાપવામાં આવ્યાં છે અને બીજાં હજુ છાપવાના બાકી છે. મહેરમાન રાવબહાદુર સુદરદાસ નારાયણદાસ બી. એ. એલ. બી. જસ્ટીસ ઓફ ધી પીસ, સોલીસીટર અને નોટરી પબ્લીક, મુમુદ એઓ સાહેબ તરફ અમારું ધન્યતરિ માસિક જ્ઞપ છે અને તે વાચ્યા પછી તેઓ સાહેબ અમારા માસિકને બેટ દારકા પાસેના પોતાના ધર્માદાય દનાખાનામા રા. રા. વૈદ્યરાજ નારાયણ પ્રયાગજી તરફ મોકલે છે. રા. રા. નારાયણ પ્રાગજીએ આ ઔપધ તૈયાર કરી સદર દનાખાનામા સારવાર માટે આવતા દરદીઓને એ ઔપધ આપી પોતાને જે અનુભવ થયેલો તે મે. રા. આ. સુદરદાસભાઈ તરફ તા. ૧૮-૨-૧૭ ના કાર્ડમાં લખી મોકલેલો તે કાર્ડ તેઓ સાહેબે મને જોવા સાર મોકલેલું છે. આ દના તૈયાર કરવામાં ધણી મહેનત કે પૈસાની મોટી રકમ ખર્ચવી પડી નથી, એટલુંજ નહિ પણ તેનો ઉપયોગ હાલયાલ કુટુંબના માણસોમા થતાં દરદી દર કરના યથ શકે તેવો હોવાથી આ સ્થળે વાંચકનર્ગની જાણ માટે પ્રસિદ્ધ કરવામા આવ્યો છે. મી. નારણજી લખે છે કે “ધન્યતરિમાંથી અમૃતધારાનો નમુનો તૈયાર કર્યો ને પુરોષોત્તમ ટપાલી આણુદનો બાઈ તેની દીકરી એમને ગોટો (ગોજો) ચઢવામાં રતના રાખજે દના એ દીધી ને બા કલાક મેં મારી સારવાર નીચે રાખી તેથી તેને તદન આરામ થયો ને મરણમાંથી બચી. વળી જે રામ સ્વાલી સદાચૃતના મહેતાની વહુને ચકરી આવતી હતી તે પણ એ દના આપવાથી મટી ગઈ છે. એ દના ૧૧૫ દરદ ઉપર કામ આવે છે, અને તે બીનજાનખી છે. હું એજ દવાને નીચે બતાવેલા પ્રોસક્રીપશનથી તૈયાર કરું છું.

ધમીટનાં કુલ ૧ ભાગ,

અજમાના કુલ ૨ ભાગ,

કપુર... ૪ ભાગ,

એ દના અમૃતધારા અમૃતજીંદુ જેવોજ ગુણુ આપે છે” વગેરે લખે છે. રામકાવ્યન દના ખનાવવામા વપરાતી ત્રણે દનાઓનો કેટલો કેટલો ભાગ લેવો એ સંગ્રહે થોડો મતભેદ જણાય છે. તેપણ તેની અમર જુગ જુદા રોગો પર સારી ચાય છે એમ મી. રામા, મી. મગગ, મહારાજ શ્રી અમીંધર પ્રસાદજી, તથા મી. નારાયણજી, ના લખવાથી જણાય છે.

હાલમાં ધણાં વર્તમાનપત્રોમાં અનુભવી દવાઓના મથાળા નીચે અનેક દવાઓ કેટલાક ગૃહસ્થો તરફથી લખાઈ આવે છે. પરંતુ તે દવાઓ ઘણે ભાગે તો નીધંટ રતનાકર, ભાવપ્રકાશ ઇત્યાદિ પૂરાતન ઔષધમાંનીજ હોય છે એટલે કહેવતમાં કહે છે તેમ “ખાટલામાંથી ખાટલા પર અને ખાટલાપરથી ખાટલામાં” એમજ થાય છે. જો રામકાંચન જેની દવાઓ શોધી કાઢવામાં આવે કે લખવામાં આવે તો લોકોને ફાયદો થાય અને પેટનું દવાને નામે પ્રભવર્ગના પૈસાનો ખર્ચ થાય.

ખરો આનંદ તથા સુખશામાં છે?

(અનુસંધાન ૮ મા વર્ષના પાન ૪૦૪ થી)

(લેખક-તંત્રી.)

કેટલાક ગૃહસ્થો તરફથી મને પુછવામાં આવે છે કે અમને અમારા જીવન પ્રવાહમાં અનેક સંકટો, હરકતો, દુઃખો, અડચણો, વ્યાધિઓ, મુશ્કેલીઓ નડે છે. અમારું મન તેથી નારાજ રહે છે. આવી સ્થિતિમાં ખરા આનંદ ને સુખનો અનુભવ અમને ક્યાંથી થાય માટે આ સંબંધે વિચાર પૂરક લખો તો વધારે સારું. દરેક મનુષ્યને સુખની ઇચ્છા થાય છે છતાં તે જેનું ચિંતન કરતો નથી તેવાં દુઃખો સંકટો કે વ્યાધિઓ વગર ચિંતન કર્યું પ્રાપ્ત થાય છે, તો તેનાં દુઃખ સંકટ હરકતો કે વ્યાધિઓ પ્રાપ્ત ન થાય તેનો કંઈ ઉપાય કે સાધન હોય તો તે પણ લખશો.

સમજાવ મહારાજ ! દુઃખો, સંકટો, વ્યાધિઓ, અડચણો વગેરે જે પ્રાપ્ત થાય છે તે આપણા હિત માટેજ પ્રાપ્ત થાય છે, અને તે પ્રાપ્ત થવાનું કારણ પણ આપણાથી જન્મુ હોય છે પરંતુ તે આમતનું આપણને જ્ઞાન હોતું નથી તેથી તે પ્રાપ્ત થતાંજ આપણને ગમરાટ થાય છે અગર આપણે વ્યાકુળ બની જઈએ છીએ. કોઈ રોગ પ્રાપ્ત થતાં તુરંતજ ગાભરા બની જઈ ડોક્ટર કે વૈદ્યને ત્યાં દોડાદોડ કરી મુકીએ છીએ. પરંતુ વિચાર કરતા નથી કે આ રોગ દુઃખ કે સંકટ પ્રાપ્ત થવાનું કારણ શું છે. જો તે સંબંધે વિચાર કરીએ તો પછી આપણો ગમરાટ કે વ્યાકુળતા બંધ થશે.

નીરાગી રહેવું એવી દરેકને ઇચ્છા હોય છે.

નીરાગી સ્થિતિમાં મન પ્રસુખિત રહે છે,

પરંતુ જ્યારે કોઈ પણ વ્યાધિ શરીરમાં થાય છે ત્યારે આપણા મનને ખેદ થાય છે કારણ કે તે વ્યાધિ થવાનું કારણ સમજવા જેટલું આપણને જ્ઞાન હોતું નથી. જો કારણ સમજવામાં આવ્યું હોય તો તે વખતે જરા પણ ન ગમરાટમાં આપણે ચાન્ત ચિન્તથી તેને તેનું કાર્ય કરવા દઈએ અને તેના કાર્યમાં વચે આડા ન આવડીએ તો જલદીથી તે વ્યાધિથી મુક્ત થઈએ છીએ. દાખલા તરીકે શરીરમાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યોનો સંચય ન થાય ત્યાં સુધી આપણને રોગનો અનુભવ થતો નથી. પરંતુ જ્યારે આપણી બેદરકારી કે ભૂલોને લીધે વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યો શરીરમાં ભેગાં થાય છે ત્યારે કુદરતને તે શરીરમાંથી કાઢી નાખવામાં ઘણી મહેનત પડે છે. આપણા શરિરમાં એવાં

દ્રવ્યો દરી ગએલાં હોય છે કે જે પેશાબ પસીના દ્વારા કે શ્વાસ પ્રશ્વાસદ્વારા બહાર નીકળી શકતાં નથી. તેમને પ્રવાહીરૂપે બનાવવા સાર કુદરત આપણા શરીરમાં ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન કરે છે જેને આપણે જ્વર અથવા તાવના નામે ઓળખીએ છીએ. એ ગરમીથી આપણા શરીરનું લોહી તપી જઇ ઉકળે છે અને તે ઉકળવાથી તેનાં દ્રવ્યો પ્રવાહીરૂપે રક્તમાં મળી જાય છે આ પ્રમાણે ત્રણ ચાર કે પાંચ દિવસ ધણા જોરથી તાવ આવી તેનાં દ્રવ્યોને પ્રવાહીરૂપ બનાવી પેશાબ પરસેવા કે શ્વાસ પ્રશ્વાસદ્વારા શરીરમાંથી બહાર કાઢી નાંખે છે, અને આપણા શરીરને નિરાશ્રય બનાવે છે. એટલે જ્વર એ આપણા શત્રુ ન હતાં હિતરથી મિત્ર છે. એમ જ્યારે આપણા સમજવામાં આવે છે ત્યારે આપણને તેનો ભય લાગતો નથી. ઉકળું આપણને તેના કાર્યમાં મદદ કરવાનું મન થાય છે. તે એવી રીતે કે રક્તમાં સંચય થએલાં વિનળીય દ્રવ્યોને પરસેવારૂપે કાઢી નાખવા માટે આપણે રટીમ ખાથ (વરાળ રનાન) લઇએ. ઉપવાસ કરીએ. એનીમ કે જરતી લઇએ. કે જેથી ઉદરની ક્રિયા વ્યવસ્થિત થઇ હોજરી તરફ પોતાની શક્તિ વાપરવાની જરૂર પડે નહીં. જ્યારે વિનળીય દ્રવ્યોનું પ્રમાણ ઘણું વધી ગએલું હોય છે ત્યારે કુદરત શરીરના ઘણા અવયવોના કાર્ય બંધ કે મદ કરી દે છે અને માણસને પથારીવશ કરે છે. જો તેમ ન કરે તો માણસ હરેહરે, કામકાજ કરે, મહેનત કરે અને પુષ્કળ ખોરાક ખાય જેથી એ બધામાં જીવનશક્તિ ખર્ચાઇ જાય અને શરીરને નિર્મળ કરવાનું કાર્ય કરવામાં જીવનશક્તિ પુરી પડી શકે નહિ. આ સળીનીના જ્ઞાનના અભાવને લીધે માણસો તાવ આવ્યા જરાબર ગભરાઇ જાય છે અને ડોક્ટર કે વૈદને ત્યાં દોડાદોડ કરી ચુકે છે. સાગ કેળવાયલા માણસોની પણ આજ સ્થિતિ જોવામાં આવે છે. ફેફસામાં જ્યારે વધારે વિનળીય દ્રવ્યોનો સંચય થાય છે ત્યારે કુદરત તે કાઢી નાંખવા શ્લેષ્મ (સસ્ત્ર-ખમ) નો વ્યાધિ ઉત્પન્ન કરે છે. સળેખમ થતાં શરીરમાં જ્વર બરાબ છે માથું તપી જાય છે તેમજ તેમાં વેદના થાય છે. નાકમાંથી ઉષ્ણ પ્રવાહી પાણી ટપકે છે કુદરત એવા દ્રવ્યોને કાઢી નાખવા જોરબળ ઈંકા લાવે છે. જેથી ફેફસામાંથી એવા પદાર્થ ધમકાઇ નાકદ્વારાએ બહાર પડે છે. પ્રવાહીરૂપે શ્લેષ્મદ્વારાએ બહાર પડતા જે દ્રવ્યો ફેફસામાં રહ્યાં હોય છે તેને કાઢી નાખવા કુદરત ઉધરસ ઉત્પન્ન કરે છે અને તે ઉધરસ જોરથી આવી જ્યારે છાતીમાંના કફના ગળદાને બહાર ફેંકી દે છે ત્યારેજ તે બંધ પડે છે. આવો કુદરતનો પ્રયત્ન અદરની વિનળીય દ્રવ્યોને શરીરમાંથી કાઢી નાખતાં સુધી ચાલુજ રહે છે. આપણે કુદરતના નિયમોથી અજાન રહી તેનાં કાર્યોમાં આડા ચાલીએ છીએ એટલે જ્વરરૂપી, ઉધરસરૂપી, કે શ્લેષ્મરૂપી કુદરતનો પ્રયત્ન બાતમાતની દવાઓનું સેવન કરી અટકાવીએ છીએ. છતાં પણ કુદરત એટલી મનુષ્ય જાત ઉપર દયાળુ છે કે ઘોડા ઘોડા દિવસને અંતરે પોતાનો પ્રયત્ન તેજ રૂપથી કે અન્ય રૂપથી સાર કરે છે. વળી આપણે તેમાં પણ વગર સમજે આડા આવી એ છીએ. આમ વારવાર રોગના હુમલા થયા કરે છે અને આપણે પીડાઇએ છીએ. આજ પ્રમાણે બધા વ્યાધિઓ મનુષ્ય જાતનું હિત કરવા આવે છે. છતાં તેને મનુષ્યજાત શત્રુરૂપે ગણે છે. અને છેવટે કુદરતને તેવા મલીન પદાર્થ શરીરમાંથી કાઢી નાખવા મયકર સાધન (રોગરૂપી) વાપરવું પડે છે અને તે દ્વારા થતા પ્રયત્નમાં મનુષ્ય જાત આડી આવે છે. અથવા તેનો પ્રયત્ન નિષ્ફળ જાય છે ત્યારે મરણને સરણ થવું પડે છે. સુખનો અનુભવ ઇ ખના મુખાબલા વગર થતો નથી ઉઠાણાના દિવસમાં તડકે ચાલી આવ્યા પછી જ્યારે વડ કે પીપળા જેવા કીણી માડી છામા નીચે બેસવાથી મનને જે આર્નલ્ડ થાય છે, તે આર્નલ્ડ ઉનાળામાં પોતાના મહે-

લમાં જવાસાની ટટીઓ ઉપર માણીનો છંટકાવ કરાવી બેસી રહેનાર શ્રીમંત, માણસોને ભાગ્યેજ થતો હશે. પકવાનાદિ મિષ્ટ પદાર્થનું નિત્ય બોજન કરનારને ખરી ક્ષુધા લાગ્યા સિવાય પકવાનનો સ્વાદ કદી પણ લાગતો નથી પરંતુ પ્રવાસમાં ખરેખરી ક્ષુધા લાગ્યા પછી બાજરીના કે ઘઉંના રોટલામાં જે મીઠાશ અને સ્વાદ લાગે છે તેવો સ્વાદ પકવાનમાં હોતો નથી. હું પોતે બાસ્થાવસ્થામાં હતો ત્યારે હું તથા મારા મિત્રો રોજ ત્રણ ચાર માઇલ ધરવા જતા, કસરત કરતા, તરવા પડતા અને સાંજે ઘેર આવ્યા પછી બપોરે રાંધેલા ચોખા અને દાળનું બોજન કરતો તે વખતે મને જે સ્વાદ અનાજમાં લાગતો તે સ્વાદનો અનુભવ મેં ઘણાં વર્ષથી કર્યોજ નથી. તે વખતે જે ચોખા વાપરવામાં આવતા તે આઉથ (અયોધ્યા)ના હતા તેને લોકો ઓઠાના ચોખા કહેતા. મારી પુખ્ત ઉમર થયા પછી મેં આંમાગેર, કમોદ, પંખાળી, અને દેરાડુનમાં થતી ઉંચામાં ઉંચી જાતની ખાંસીના ચોખા પણ સ્વાદ મારે ખાઈ જોયા પણ તે એકેમાં મને ખરો સ્વાદ જણાયો નહીં. તે વખત મને એમ લાગતું કે અનાજ કે ફળોમાંથી રસ કસ જવા લાગ્યો છે, પણ એમ ન સમજતું કે ખરો રસાસ્વાદ તો જીખમાંજ રહેલો છે. ને તે જીખને આપણે તીક્ષ્ણાંજલી આપી છે.

આડચણુ, દુઃખ, સંકટ, કે નિર્ધનતા, એ બધું મનુષ્ય જાતને ઉત્તતિક્રમમાં આગળ ધકેલવા માટે આવે છે. અને તે શાન્તિ સાથે પસાર કરવાં જોઈએ. આપણાં શાસ્ત્રોમાં એ બાબતનું વર્ણન રથજે રથજે જોવામાં આવે છે. જે લોકો દુનિયામાં પોતાનાં નામો અમર મુકી ગયા છે તે લોકોને આ કસોટીમાં ઉતરવું પડ્યું છે. રામ, હરીશ્ચંદ્ર, તારા, નગ, દમયંતી, રામચંદ્રજી, સીતા, ચંદન, મલીયાગરી, ત્રિકમ રાજ, પાંડવ, ધ્રુવ, પ્રહ્લાદ, ધત્ત્યાદિ સંખ્યાબંધ પુરોનાં નામ આપણને મળી સકશે. શ્રીમંતને ઘેર જન્મ પામી તડકો છાંયડો જોએલાં નહિ એવા સંખ્યાબંધ પુરુષ અને સ્ત્રીઓ આજ સુધીમાં થઈ ગયાં છે છતાં તેમનું નામ કે નિશાન કોઈ જાણતું નથી. આતું કારણ એજ કે તેમને સુખ દુઃખ સંકટ ઇત્યાદિની કસોટીમાં ઉતરવું પડ્યું નથી. સ્માર્કસ કૃત સેક્ષ-હેકષ (જન મહેનત નામના પુસ્તક)માં એવા સંખ્યાબંધ માણસોના દાખવા છે કે જેઓ ગરીબ સ્થિતિમાં જન્મેલા છતાં ઉત્તતિના શિખરે પહોંચ્યા છે. એક ગરીબને ઘેર જન્મ્યાં છતાં એડીસન જેવા મકાન પુરૂં આપી દુનિયામાં પોતાનું નામ અમર કર્યું છે. લાખો રૂપૈયાની પુંજ મેળવવાથી કંઈ ખર્ચ સુખ પ્રાપ્ત થતું નથી, પરંતુ ખર્ચ સુખ તો સંતોષ અને સાદા જીવનમાં છે. આપણે જોઈએ છીએ કે લક્ષ્મી દેવી એક જગાએ નિવાસ કરી રહેતી નથી. કરોડો રૂપૈયાની મીઠકત કે પુંજ હેલ છે તો પણ મરતી વખતે એક કોડી પણ સાચેલઈ જઈ શકતી નથી. એટલે પરાપકાર અને પુન્ય સાથે આવે છે. માટે આડચણુ દુઃખ કે સંકટ જે આવે તે પ્રસંગે નિદ્ર રહી તેમાંથી પસાર થવું જોઈએ અને ધૈર્યે છોડવું જોઈએ નહિ. દુઃખનો છોડો સુખજ છે, એમ ખાત્રીથી માનવું. કવી દલપતરામ પોતાના કાવ્યમાં કહે છે કે

સુખને છોડે દુઃખ દેખાશે દુઃખ છે સુખને છોડે;

દિવસ પછી રજની દેખાશે દિન છે રજની કેડેર,

ગમ ન પડે નરને જોવિંદની ગતી ન્યારી

દુઃખનું રહસ્ય શું છે એ સંબંધી એક લેખ રા. રા. મણિલાલ નયુમાપ દોશી, બી. એ., અમદાવાદ એનજી ઇન્સ્ટિટ્યુટ પત્રના વો. ૧૨ ના અંક ૨ માં લખેલો ઉપયોગી હોવાથી અમે આ સ્થળે દાખલ કર્યો છે.

આત્મા આનંદ સ્વરૂપ છે, તો પછી દુઃખ શામાં છે જોઈએ ? એ પ્રશ્ન સ્વાભાવિક છે, અને તે પ્રશ્નનું કાંઈક નિરાકરણ કરવાનો આ લેખનો હેતુ છે. આત્માનો સ્વભાવ આનંદમય છે, તેથી જ્યાં સુધી બાહ્ય સુખના પ્રવાહો વહેતા હોય ત્યાં સુધી આત્માની શક્તિઓ પ્રકટ થઈ શકે નહીં; આત્માના અનંત આનંદમાં તેથી કાંઈ વૃદ્ધિ થતી નથી, જે એક પાણીનો મોટો ઝેરો સતત વહાં કરતો હોય તેમાં થોડું પાણી રેડવામાં આવે તો તેથી તેમાં કાંઈપણ ખળખળાટ થશે નહિ, અને વધારાના પાણીની દરકાર ક્યાં નિના તે ઝેરો આગળ અને આગળ વધ્યા કરશે, પણ જે તે ઝરાતા માર્ગમાં એવી અડચણ આવી પડે કે જેથી તેનો સ્વતંત્ર પ્રવાહ અટકી પડે તો તે પ્રવાહ તે અડચણની સામે પોતાનું બળ અજમાવશે, અને તેને દૂર કરવા પોતાનું સંપૂર્ણ સામર્થ્ય વાપરશે. જે પ્રતિકૂલ છે, જે તેના પ્રવાહને અડચણરૂપ છે તેને લીધેજ પ્રયત્ન થાય છે.

દુઃખનું પ્રથમ કર્તવ્ય-દુઃખજ આત્માની શક્તિઓને જાગૃત કરે છે. દુઃખથી આત્માનું ધ્યાન બાહ્ય વિષય બધી વધારે દોરવાય છે. જ્યારે સાત, સુખી અને અંતર્મુખ વળેતા આત્માને બહારના દુઃખનું મોહનું લાગે છે ત્યારે તે જાગૃત થાય છે. મારા આત્માના સ્વભાવને પ્રતિકૂલ એવું આ દુઃખ શું ? આવું લાગે છે તે વખતે તેને બાહ્ય પરિસ્થિતિ અને બહારની કુનિયાતું જ્ઞાન થાય છે. માનસશાસ્ત્રના નિયમ પ્રમાણે દુઃખ એ સ્વનો-પોતાના આત્માનો અનુભવ કરાવવામાં ધણું અગત્યનું કામ બજાવે છે. કારણ શરીર કે જેની અંદર આપણા બધા અનુભવોનો સંગ્રહ થાય છે, તે મોટે ભાગે દુઃખમય અનુભવોમાંથી બધાય છે. આ પ્રમાણે વિચાર કરતાં આપણને જણાય છે કે દુઃખ એ આત્માને જાગૃત કરે છે-દુઃખથી આત્માની ક્રિયાશક્તિ જાગૃત થાય છે.

દુઃખનો બીજો લાભ એ છે કે તે વડે વિવિધ શરીરો બધાય છે. દુઃખથી મનુષ્ય પોતાનું બળ વાપરવા દોરવાય છે. અને તે બળના ઉપયોગથી તેનાં સૂક્ષ્મ શરીરો ધીમે ધીમે સ્વચ્છ-અવસ્થિત થાય છે. જે તમે તમારા સ્નાયુઓનું મજબુત કરવા માગતા હો તો તમે તેમનો ઉપયોગ કરો છે, તમે તેમને કસરત આપો છો, આથી તે બાગમાં વધારે શક્તિ વધવાય છે અને તે સ્નાયુઓ બલિષ્ઠ બને છે. આ રીતે દુઃખથી જીવાત્મા પોતાનાં શરીરોના પોતાની શક્તિ પ્રકટ કરે છે, અને તેથી તે શરીરો વધારે વ્યવસ્થિત બને છે.

દુઃખનો ત્રીજો લાભ-દુઃખથી મનુષ્ય શુદ્ધ બને છે. આપણને જે દુઃખજનક હોય તે દૂર કરવા આપણે પ્રયત્ન કરીએ છીએ જે આપણા સ્વભાવની વિરુદ્ધ છે તે આપણે દૂર ફેંકવા દોરવાઈએ છીએ. જે આત્માના આનંદ સ્વરૂપની વિરુદ્ધ છે તે ધીમે ધીમે દુઃખદારા આત્મા બહાર ફેંકી દે છે. આ રીતે આપણાં શરીરો દુઃખથી નિર્મળ-પવિત્ર થતાં જાય છે, અને તેમ થતાં આત્માના ઉપયોગને વાસ્તે અનુકૂલ સાધનો બને છે.

દુઃખનો ચોથો પણ લાભ છે. દુઃખ આપણે શિક્ષક છે. જીવનના સમગ્ર પાઠ સુખ કરતાં દુઃખમાં વધારે સારી રીતે શીખાય છે. મનુષ્ય જ્યારે વૃદ્ધ બને છે અને પોતાના બુદ્ધિશક્તિના પ્રસંગો તરફ દ્રષ્ટિ નાખે છે ત્યારે સુખ તેમજ દુઃખના અનુભવો તેની નજર આગળ વરી આવે છે, તેમાં સુખ કરતાં પણ દુઃખદારા મેળવેલા અનુભવોનું વિગત વધારે ભગ્યરૂપમાં જણાઈ આવે છે. શ્રીમતી એનીબીસેન્ટ લખે છે

કે:—“ Out of my life-story I could efface without regret every experience that it had of joy & happiness, but not one pain would I let go, for pain is the teacher of wisdom. ” “મારા જીવન ઇતિહાસમાં સુખ અને આનંદના પ્રસંગો જરાપણ દીવંગીર થયા વિના હું બૂલી જઈ શકું, પણ દુઃખનો એક પણ પ્રસંગ હું બૂલી શકું તેમ નથી, કારણ કે દુઃખ એ ચાનદાતા શુદ્ધ છે. ” વળી ઇન્ટ્યુન વિથ ધ ઇન્ડીનીટનો લેખક મી. રાલ્ફ વાલ્ડો રાઈલ્ડ પોતાનો અનુભવ જણાવતાં, આ બાબતમાં લખે છે કે “ માનભંગ, શરમ અને ચિંતા ઉત્પન્ન કરનાર મારા જીવનમાં ઘણા પ્રસંગો અને સ્થિતિઓ આવેલાં કે જે વખતે તેમાંથી નાશી છૂટવાની મને બહુજ પ્રમળ ઇચ્છા થતી હતી; પણ જેમ જેમ સમય પસાર થતો ગયો અને હું ભૂતકાળ તરફ દ્રષ્ટિ ફેંકતો ગયો તેમ તેમ મને લાગવા માંડ્યું કે ઉપર જણાવેલા દરેક પ્રસંગ મને કાંઈ ને કાંઈ અનુભવ આપવાને વારતેજ આવેલો હતો. મને જે અનુભવના પ્રાઠ તે પ્રસંગ શીખવવા આવ્યો હતો તે હવે હું જોઈ શક્યો છું અને જો કે તે પ્રસંગો તે સમયે તો મને ધણાજ અસહ્ય અને દુઃખદ લાગતા હતાં; છતાં તેમની એક પણ હવે હું બૂલી જઈ શકું તેમ નથી. આખા વિશ્વનું રાજ્ય મળતું હોય તોપણ તેમાંના એક પણ અનુભવને હું વિસરીશ નહિ. એ પ્રસંગોમાંથી હું એક બીજો પાઠ પણ શીખ્યો છું તે એ કે હાલમાં મને અપ્રિય અને દહિન લાગતા હોય એવા જે પ્રસંગો મારા જીવનમાં હોય અને ભવિષ્યમાં તેવા જે જે સંયોગો આવી પડે તે સર્વને હું બહુબલ કે ગમગીની વિના આનંદપૂર્વક અનુભવીશ, તેમજ મારા જીવનમાં અત્યારે તે સારામાં સારી સ્થિતિ છે, એમ હું માનીશ; કારણકે નહિ તો મને તે સંયોગો મળ્યાજ ન હોત. મારા જીવનમાં અસુક પ્રસંગો શા કારણથી આવ્યા છે અથવા તે પ્રસંગો કેવા ભાગ ભજવવાના છે, તે કદાચ હું અત્યારે નહિ સમજી શકું; છતાં મને ખાતરી છે કે ભવિષ્યમાં તેનું કારણ હું યથાર્થ સમજીશ અને જે જે સંયોગોમાં હું મુકાયો હતો તે પ્રત્યેકને માટે પ્રભુનો આભાર માનીશ. ”

દુઃખનો પાંચમો લાભ એ છે કે તેથી શક્તિ મળે છે. એડવર્ડ કાર્પેન્ટર ‘ મનુષ્ય અને સેતાન ’ એ નામના પોતાના ગદ્યાત્મક કાવ્યમાં લખે છે કે “ Every pain that I suffered in one body became a power which wielded in the next. ” એક શરીરમાં જે બોગવેલું દુઃખ બીજા શરીરમાં શક્તિરૂપે પ્રકટ થયું. દુઃખ બોગવવાથી બળ, ધીરજ, સહનશીલતા, વગેરે શુભો ખીત્રે છે. આ લાભ વિચારી સુખ પુરૂષ દુઃખથી પાછો હઠતો નથી. શુદ્ધિ, ચાન અને શક્તિ દુઃખ વેળા પ્રાપ્ત થાય છે.

આ વાત પણ ખરી છે કે મનુષ્ય એટલું બધું દુઃખ સહન કરે તે દુઃખના જોગ નીચે આ ભવમાં તદ્દન દમાઈ જાય અને આ ભવમાં તે ખીલકુલ કામ ન કરી શકે અથવા બહુજ ઓછું કામ કરી શકે. જો બાલ્યાવસ્થામાંજ દુઃખ બહુ પડ્યું હોય તો આવી સ્થિતિ ખાસ કરીને થાય છે. પણ તે છતાં પણ તેના દુઃખના અનુભવનું ફળ તેને મળ્યા વિના રહેતું નથી તેના ભૂતકાળના દર્શોને લીધે આ ભવમાં તેને દુઃખ બોગવતું પડ્યું હોય છતાં તે દુઃખના લાભ વિચારીને દુઃખને પણ સોનેરી તક માની લે.

તમે કદાચ પૂછશો કે જો દુઃખનું આવું મહાત્મ્ય હોય તો પછી સુખનું કામજ શું? સુખથી પ્રકાશ આવે છે. સુખથી આત્માની શક્તિ પ્રકટ થતી જાય છે. સુખમાં આત્માની બધા શરીરોમાં પરસ્પર અનુકૂલ આદાલતો ચાલવા લાગે છે. તે આદાલતો દુઃખના સમય

જેનાં પરસ્પર પ્રતિકૂળ હોતાં નથી. આવા પરસ્પર અનુકૂળ આહોલનોને લીધે શરીરે દ્વારા આત્મા પોતાની શક્તિ પ્રકટ કરી શકે છે. અને તેથી પ્રકાશ અને જ્ઞાન મળે છે. આ ઉપ-
રથી જણાશે કે સુખ પણ ઉપયોગી છે. કુંભાર જ્યારે ઘડે છે ત્યારે એક હાથમાં માટીને
પિંડે રાખી બીજા હાથે તેના પર ટપલા મારે છે. અને આ રીતે પોતાને જોઈતું માટીનું
વાસણ બનાવે છે. ટપલાની જરૂર છે તેમ નીચેના હાથની ટેકાને વાસ્તે એટલીજ જરૂર છે.
આ ટપલા મારનાર હાથ તે દુઃખ છે અને ટેકો આપનાર હાથ તે સુખ છે, સુખ અને
દુઃખ બંનેની જરૂર છે. કાલિદાસ કવિ યથાર્થજ કહે છે કે:—

કચ્ચૈકાન્તં સુખમુપનતં, દુઃખમૈકાન્તવતો વા ।

નીચૈર્ગચ્છત્યુપરિ ચ દશા, ચક્રનેમિક્રમેણ ॥

કોને એકલું સુખ મળ્યું છે ? કોને એકલું દુઃખ મળ્યું છે ? ચક્રની મારની માફક
દયા ઉઠી નીચી ચાલ્યાં કરે છે. આ કુદરતી ક્રમ છે, અને તેમાં અનંત ડહાપણ રહેલું
છે. જે મનુષ્યને એકલું દુઃખજ પડે તો તેના બોળ નીચે તે દયાધ જાય અને કદાપિ
ઉઠી શકે નહિ. જે તેને એકલું સુખ હોય તો તેમા તે રમ્યા કરે, પણ તેથી આત્માની
શક્તિ, જ્ઞાન, ધૈર્ય, સહનશીલતા વગેરે કદાપિ પ્રકટ થાય નહિ.

જ્યારે મનુષ્ય ધ્યાન કરે છે ત્યારે તેને આનંદની ખુમારી ચડે છે. તે વખતે તે આ-
ત્માનંદ અનુભવે છે, કારણ કે આનંદ એ આત્માનો સ્વભાવ છે. આખા વિશ્વ તરફ સમ-
ભાવ વૃત્તિવાળો યોગી પ્રેમના પ્રાણલયથી આનંદસાગરમાં તરવા લાગે છે તેથી તેનાં બધાં
શરીરે પરસ્પર અનુકૂળ થઈ શાંત બની જાય છે, તે વખતે પરમાત્માના તેજસ્વી સુખનું
દર્શન કરવા તે બાબદાશાળી બને છે. તે વખતે એવો તો ઉચ્ચ પ્રકાશ આવે છે કે યોડીવાર
સુધી તો નીચેના જુવનોનું તેને જ્ઞાન સરખું રહેતું નથી. તે વખતે તેને પોતાની દિવ્યતાને
સાક્ષાત્કાર થાય છે અને આત્મા પરમાત્માની એકતાની ઝાંખી થવા લાગે છે. આથી જણાશે
કે દુઃખ જેટલુંજ સુખ પણ આવકારદાયક છે. કેટલાક ધર્મવાળા એમ માને છે કે સુખ
ત્યાજ્ય છે અને તે ઇશ્વરની ઇચ્છાની વિરુદ્ધ છે—આ તેમની માન્યતા અજ્ઞાનમુલક અને
ખમ ભરેલી છે. પરમાત્મા પોતે આનંદ સ્વરૂપ છે અને તે પોતે પોતાનાં બાળકોને આનંદ
ભોગવતાં રોકે, અથવા તેમને આનંદ ભોગવતાં જોઈ ઇર્ષ્યા કરે, એ નહિ માનવા જેવું છે;
માટે—સુખ અને દુઃખ બંનેની જરૂર છે. સુર પુરૂષ બંનેમાંથી એકે વડે લેવાતો નથી. તે
બંનેને સ્વીકારે છે અને તેનું રહસ્ય સમજી તેનો યોગ્ય લાભ લે છે. જ્યારે સુખ અને દુઃ-
ખનો વાન્તવિક હેતુ સમજાય છે ત્યારે મનુષ્ય કશાથી ગભરાઈ જતો નથી, સુખથી કુલાઈ
જતો નથી, દુઃખથી દીન બનેતો નથી. તેની ઉપર દુઃખ આવે તોપણ તે તેને વધાવી લે છે
અને તેનો ઉપયોગ કરે છે. સુખ આવે તો તેને પણ તે સ્વીકારી તેનો યોગ્ય ઉપયોગ કરે
છે. જે બાવી સ્થિતિ સમજીએ તો આપણે સુખ દુઃખ બંનેમાંથી જે આવે તેને આવકાર
આપીશું અને દુઃખ વખતે સુખની ઇચ્છા નહિ કરીએ અને સુખ વખતે દુઃખની વાંચ્છના
નહિ કરીએ આપણા સાધ્યગિન્દુ તરફ જવાના સાધનરૂપે બંનેને ગણીશું અને આ રીતે
ખરે વૈરાગ્યે ઘડીશું. સુખ અને દુઃખ બંનેને ઓળંગી જઈશું અને આત્માના ખરા આ-
નંદના ભોક્તા બનીશું; કારણ કે આનંદ એ આત્માનો સ્વભાવ છે. વર્ણો તે સાથે આપણે
નિર્ભય બનીશું; કારણ કે બ્રહ્માના આનંદને જાણનાર વ્યક્તિ કદાપિ ભય પામતી નથી:—

॥ આનંદં બ્રહ્મણો વિદ્વાન્ ન વિભેતિ કદાચન ॥

પદ. રાગ-આશાવરી.

ભજન ખીના નર હય પશુ સમાન,	
નર હય પશુ સમાન.	ભજન૦
જ્યસો શીરત હય ઢોર હરાયો,	
ખાત શીરત હય ધાસ પરાયો;	
અપને ધનીકો નામ લગયો,	
મુઠ મુરખ મસ્તાન.	ભજન૦
કોલ ખચન દે વહાસે આયો.	
આકર લોભમે ચિત લગાયો;	
ધીક ધીક હરકો ગુન નહીં ગાયો,	
જો ખચની નાદાન.	ભજન૦
અચાની ક્યા ફલકો પાવે,	
તેરી મેરીમે જન્મ ગુમાવે;	
હીરલા હાથ શીર કહાસે આવે,	
નીકલ ગયો જખ પ્રાન.	ભજન૦
પ્રેમસે હરકા ગુન જો ગાવે,	
માની હોકર ધ્યાન લગાવે,	
દામ “સતાર” વોહી ફલ પાવે,	
જો ભજતે ભગવાન	ભજન૦

લી. પઠોણ અખટલ સતારખાન
નાં હોવાલા.

ઈ. સ. ની પૂર્વે તથા પ્રાચીન કાળના પુરૂષોત્તમ વચ.

(લેખક:—મંગલ. ગોંડલકર. રાજકોટ.)

નામ	વર્ષ.	નામ	વર્ષ.
આષઝાક	૧૮૦	ખેટો	૮૧
એશ્વાદામ	૧૭૫	પેલીસ્તી	૮૦
ધખીમીનીડીઝ	૧૫૭	સોલન	૮૦
જેકખ	૧૪૭	એનેકીયન	૮૦
ધસ્માધલ	૧૩૭	ઓગસ્ટસ	૮૦
સારાહ	૧૨૭	રાખખીરીયસ	૮૦
મુસા પેગમ્બર	૧૨૦	* હાર્વે	૭૫
જોસફ	૧૧૦	પિંડાર	૭૫
હિપોક્રેટીસ	૧૦૪	સેન્ટ ઓગસ્ટાઇન	૭૬

ન્યુન	૮૫	આર્થમીડીઝ	૭૫
માઇકેલ એન્જેલો	૮૯	સુરીપીડીઝ	૭૪
દીશીયન	૯૬	ફેડરીક	૭૪
બોવેસ્ટ	૮૭	હે કલે	૭૪
જેવેસ્વી	૮૮	લૉક	૭૨
જેફરસન	૮૩	* ગેલીલીઓ	૭૮
વેલીગ્ટન	૮૩	શાર્લમેન	૭૨
જેપોટસ	૮૩	લીનીયસ	૭૧
ગીટ	૮૩	કોલબસ	૭૦
બોલ્ટર	૮૪	પ્લુટાર્ક	૭૦
સાફ્રેકલીસ	૯૦	લાઇબિનીટસ	૭૦
		મોસ્ટ ગોલ્ડમાયર	૭૦

ઉપરની ગણતરી ઉપરથી સિદ્ધ થાય છે કે પ્રાચીન કાળની પ્રગ્નઓ શારીરિક કે જીવન-ચાત્ર કે વેદકર્તૃ જ્ઞાન સમૂહ્ય નહોતી ધરાવતી તોપણ તેમજ આયુષ્ય ધણું મોટું હતું. વળી હેલા જે ક્રીકમાં વેદકના બેહદ સુધારા વધારા થયા છતાં પ્રગ્ન સરેરાશ આયુષ્ય હુંકું છે એ ઉપરથી એમ સિદ્ધ થાય છે કે કાતો ડાકટરો વેદકશાસ્ત્રના કાતુનાથી અજ્ઞાન છે અગર તો આપણા દેશ, હવા, અને કાળને માટે એ વિદ્યા અનુકૂળ કરવાને કે તે સમંધી લોકોને શિખવવાને અસક્ત છે. આપણના સેવનથી જીવનમગ અને આયુષ્ય ઘટે છે. તેમાં વળી ડાકટરો સૌથી હુંકું આયુષ્ય ભોગવે છે ડા. હિપોક્રેટીસ અને ગેલન જેવાની નકલ કરી તે પ્રમાણે વર્તવાની કોશિશ કરવી કે સુખી થવાય.

દીર્ઘાયુષી કેમ થવાય ?

આ વિષયમાં સમગ્ર વસ્તુઓ વિચારને આધીન છે. કોઈપણ વસ્તુ શાશ્વત નથી તો પછી આ શરીર શી રીતે અનતકાળ સુધી રહી શકે ? પણ સાત આયુષ્ય સંભવિત છે. સામાન્ય રીતે ગણવામાં આવતી અથવા જોવામાં આવતી મનુષ્યની ઉંમર કરતાં ઘણાં લાંબા વયન સુધી આ શરીર રહી શકે તેના ઉપાયો છે. જગતમાં એવા કેટલાક મનુષ્યો અને મંદાત્માઓ છે, કે જેમના આયુષ્ય આપણા આયુષ્ય કરતાં આઠ દશ ગણા કે વીસ પચીસ ગણાં પણ હોય છે. આપણને આ હકીકત આશ્ચર્ય ઉપજાવે, પણ આ વીસમી સદીમાં કોઈપણ જાનતથી આશ્ચર્ય પ્રાપ્ત નહીં. આપણી કલ્પનામાં પણ ન આવી શકે એવી શોધો થતી જાય છે, એવા બનાવો બનતા જાય છે, અને ભરિષ્ઠતા ગર્ભમાં શુ રહ્યું છે, તે કોણ જાણી કે આશ્વેષી શકે ?

વિજ્ઞાનશાસ્ત્ર આપણને જણાવે છે કે સાત વર્ષમાં આપણા શરીરના સર્વ પરમાણુઓ બદલાઈ જાય છે. આ ફેરફાર એટલો ધીમો અને અસ્પષ્ટ રીતે થયા કરે છે કે જે વિજ્ઞાનશાસ્ત્રે આ વાતને ટેકો ન આપ્યો હોત તો લોકો તે વાત કલ્પ કરત કે નહિ એ શકાતો વિષય છે. “ જો તું ધારે તો તું અમર છે ” અને “ જો મનુષ્ય એમ અનુભવે કે હું મરણાધીન

હું તેજ પળે તે મરી જાય” આ બે વાક્ય ઉપર મનન કરતાં આ લેખનું રહસ્ય આપોઆપ સમજાઈ જશે. જ્યારે જીવનની ધ્વજા બંધ પડી જાય છે, અને તેની સાથે જીંદગી ઉપરને આપણો કાબુ જતો રહે છે, ત્યારે આપણે મરણ પામીએ છીએ. માટે જેને દીર્ઘાયુષી થવાની ઇચ્છા હોય તેણે આ જીવવાના સંકલ્પ ઉપર પૂર્ણ રીતે ઝેકાઝ થવું, પોતાનું સઘળું બળ તેમાં જ વાપરવું, અને એક પળવાર પણ આ મંકલ્પને છોડે થવા દેવો નહિ. આમ કરવામાં તેને હેતુ સ્વાર્થી હોવો ન જોઈએ, પણ પારમાર્થિક હોવો જોઈએ. મનુષ્ય પોતાના જીવનમાં કેટલાક અનુભવો મેળવે છે, તે અનુભવો બીજાને આપવાનો પ્રસંગ આવે તે પહેલાં તો તે ચાલ્યો જાય છે. પણ જે મનુષ્યને લાંબુ આયુષ્ય, અને તે પણ નીરાગી અને દૃઢ શરીરવાળું મળેલું હોય તેવો મનુષ્ય ઇલા સિદ્ધિ કરી શકે એટલું જ નહિ પણ પોતાના અનેક અનુભવોનો લાભ બીજાને આપી શકે.

દીર્ઘાયુષી થવા ઇચ્છનારે નીચેના વિચાર ખાસ યાદ રાખવો ઘટે છે. સામાન્ય રીતે મનુષ્યના જીવનની મર્યાદા ૬૦-૭૦ કે ૮૫ સુધીની હોય છે. આ સમયને આપણે અણીનો પ્રસંગ ગણીશું. એ પ્રસંગ જ્યાં સુધી પસાર ન થાય ત્યાં સુધી તેના મનુષ્યે પોતાનું સઘળું બળ કોઈ પણ કામમાં ખરચી નાખવું જોઈએ નહિ.

સ્થૂલ શરીરનો વિકાસ આ જીવનની ઇચ્છાને આધીન હોવો જોઈએ, કારણ કે જે બંને એક સરખાં બલિષ્ઠ હોય તો ધારેલું પરિણામ આવી શકે નહિ. માટે આ આખા લેખનો સાર એ છે કે આપણા સંકલ્પબળને એટલું બધું વધારવું કે સ્થૂલ શરીરના પરમાણુઓ જેમનું સ્વાભાવિક વલણ અમુક વખતે વિખરાઈ જઈ શરીરનો નાશ કરવાનું છે, તે પરમાણુઓના આ વલણને પોતાને વશ રાખી શકે. બીજી રીતે કહીએ તો આ પરમાણુઓને એવા પ્રકારના બનાવવા કે જે આપણા સંકલ્પબળને આધીન વર્તી શકે. શત્રુનો સંહાર કરવાનાં બે સાધનો છે. આપણું બળ વધારવું અને શત્રુના સૈન્યની અસ્તવ્યસ્ત સ્થિતિ લેવી. પણ ટેવનું પ્રાપ્ત્ય અતિશય છે. વંશપરંપરાના નિયમોનું જેર આપણે ધારીએ તે કરતાં ઘણું વધારે છે. માટે જ્યાં સુધી તે અણીના પ્રસંગ કે જે સમયે સામાન્ય રીતે મનુષ્યે મરણને ઘરણ થાય છે, તે પ્રસંગ પસાર ન થઈ જાય ત્યાં સુધી આપણે આ બાબતમાં જય મળ્યો છે, એમ માનવાની ભૂલ કરવી નહિ, કે પ્રમત્ત બની આપણો પુરુષાર્થ છોડી દેવો નહિ.

ત્યારે હવે કરવું શું ?

પ્રથમ તો ઉમેદવારે અશુભ પાશવ વાસનાઓ, વિચારો અને કૃત્યોથી દૂર રહેવું જોઈએ. સ્થૂલ શરીર જેમ બને તેમ શુદ્ધ અને સૂક્ષ્મ પરમાણુઓનું બને, તેમ વધારે વિચાર અને તલસ્પર્શી બને, અને હૃદય જેમ બને તેમ પ્રેમાળ અને નિઃસ્વાર્થી બને એવો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. આ કામના ઉમેદવારમાં આવી વૃત્તિઓ સ્વાભાવિક હોવી જોઈએ. સદૃશ્યોનું પાલન સદંત્ર થવું જોઈએ. આવા મનુષ્યે સ્થૂલ શરીરની વાસનાઓનો ત્યાગ કરવો જોઈએ.

જેમ જેમ સ્થૂલ શરીરની દૃવજી વાસનાઓ ત્યાગ કરવાનું કામ બંધ થશે, તેમ તેમ શરીરમાંથી દલકા પ્રકારના પરમાણુઓ ખરવા માંડશે અને તેનું સ્થાન શુદ્ધ અને સૂક્ષ્મ (etherial) પરમાણુઓ લેશે.

ત્યાગ કરવા લાયક શારીરિક વાસનાઓમાં મુખ્ય દારૂ, માંસ અને વિષય સેવન છે. વિષય સેવનના ત્યાગથી શરીરના રાગતુ' રક્ષણ થશે, એટલુંજ નહિ પણ તેને વાસ્તે જરૂરના હલકા શારીરિક પરમાણુઓની પણ ગરજ નહિ પડવાથી શરીરમાં તેમને સ્થાન મળી શકશે નહિ. જ્યાં સુધી ખોરાકની જરૂર છે, ત્યાં સુધી ઉપવાસ કરવાતું કામ નથી. પણ ધીમે ધીમે ખોરાકની ઇચ્છા ઓછી ને ઓછી થવી જોઈએ અને છેવટે સર્વથા નાસ્તુદ થવી જોઈએ. શારીરિક સુખોમાં પણ જે સૌથી નિર્દોષ છે, અને જેમાં હલકા પ્રકારના પરમાણુઓની જરૂર પડતી નથી તેનો સૌથી છેલ્લો ત્યાગ થવો જોઈએ.

નૈતિક શુદ્ધિ.

લોભ, ભય, ઇર્ષ્યા, અભિમાન, અતુદારતા, દ્રેપ, મહત્વાકાંક્ષા અને નવીનતાનો શોખ આ સર્વ ત્યાગ કરવાની જરૂર છે, પણ પ્રથમ લોભથી તેનો પ્રારંભ કરવો જોઈએ.

આધ્યાત્મિક શુદ્ધિ.

અંતરાત્માએ પ્રભુનું ધ્યાન ધરવું જોઈએ અને આ નિયમમા સર્વથા પ્રતીતિ રાખવી જોઈએ કે બધી ઘટનાઓનો રચનાર પ્રભુ છે, માટે બધું સારૂ છે. બવિષ્યમાં સારૂ થશે એમ નહિ. પણ અત્યારે પણ તમે પ્રતિકૂળ જણાતી સ્થિતિમાં હો ત્યારે પણ સૌ સારૂ છે.

આવા ઉમેદવારે કુદરતી આરોગ્યવિદ્યાના નિયમો પ્રમાણે પોતાનું જીવન ગાળવું જોઈએ, અને અચાનક બનાવોથી ચેતતા રહેવું જોઈએ. શુદ્ધ હવા, શુદ્ધ જળ, શુદ્ધ અન્ન, યોગી દસરત, નિયમીત જીવન, આનંદજનક વ્યાપાર, અને ખુશકારક પરિસ્થિતિ—આ સર્વ આ ઉમેદવારને જરૂરનાં છે. જ્ઞાન અને એકાંતવાસ પણ અતિ અર્ગત્યના છે. આ કારણથી જ દેવો, ઋષિઓ, અને શુભચાનીઓએ પર્વતનાં શિખરોનો આશ્રય લીધો હોય તો તે વાજગી છે. સરસ્વતીમાં વૈદ્યની મદદ લેવી પડે તો લેવી. પછીથી બીલકુલ જરૂર પડશે નહિ.

પરિણામ.

આ પ્રમાણે જીવન ગાળનારને તેનું પરિણામ જણાયા વગર રહેશે નહિ. તેના વિચારો ઉચ્ચ થશે. તે પવિત્ર અને આધ્યાત્મિક જાગૃતોમાં વિશેષ રસ લેતો થશે; તેને સૃષ્ટિ સૌંદર્ય વિશેષ રુચિકર લાગશે, તે બાલકના જેવો નિર્દોષ થવા લાગશે, તેના હૃદય ઉપરથી બોલો જતો રજો હોય તેમ તે સુખી અને આનંદશ્રદ્ધાવાળો બનશે ધીમે ધીમે ખોરાક ઓછો કરવો. જેટલા ખોરાકની તમને જરૂર લાગે તેટલો લેવો. તે ખોરાક તદ્દન નિર્મળ અને સાત્વિક હોવો જોઈએ. કળ અને દુધ એ આ જાગૃતમા ઉત્તમમાં ઉત્તમ ખોરાક છે. ધીમે ધીમે તેનું પ્રમાણ ઓછું થતું જશે. છેવટે મળ નીકળતો બંધ થશે. તેના શરીરનો દરેક પરમાણુ Ethereal સૂક્ષ્મ થઈ જશે અને તે પોતાના શરીરને ચોખ્ખ તત્ત્વો આકાશમાંથી ગ્રહણ કરી શકશે. સાત્ત્વમાં ત્રણ પ્રકારના આહાર કહેલા છે. ક્વળ આહાર, લોભ-આહાર અને ઓળસ આહાર. આપણે સામાન્ય રીતે જે ભોજન કરીએ છીએ તે ક્વળ-કોળાઆવડે કરીએ છીએ, માટે તેને ક્વળ આહાર કહે છે. આપણા શરીરમાં જીણાં છિદ્ર છે, તે વડે બહારથી રસ આદિ લેવામાં આવે તે લોભ-આહાર કહેવાય છે, અને હવાનું સર્વ જે ઓળસ તેનો મંદસ્પર્શ વડે આહાર કરવામાં આવે તે ઓળસ આહાર કહેવાય છે. માટે આ ઉમેદવાર

છેવટે ઝોજ્જ્ આહારી બને છે. તેના આહાર તથા નિહાર-મજોત્સર્ગ કોઈ દેખી શકતું નથી.*

લાંબા વખતના રોગ જે કોઈ પણ રીતે મટતો ન હોય, તે હવે મટવા લાગે છે. તેનામા સંકલ્પમળથી બીજાના રોગ મટાડવાની શક્તિ પેદા થાય છે. તેની એકાદ ધ્વન્દ્રિયની શક્તિ વધારે તીવ્ર બને છે. ચોતાના શરીરનો રાગ (વીર્ય) આખા શરીરમાં ફરવાથી આયુ' શરીર નીરોગી અને દૃઢ બનવા લાગે છે. તેના પરમાણુઓ શુદ્ધ થવાથી ઉચ્ચ તત્ત્વો બહુ સારી રીતે પ્રકટ થઈ શકે છે.

કાર્વિને નિયમ પ્રતિપાદન કર્યો છે કે દરેક શરીરને તેના ઉત્પાદક શરીરના શુભ દોષો તેજ વધે પ્રકટ કરવાનું અનિવાર્ય વલણ હોય છે, અને જે કોઈ પણ નવાં સચેઓ ઉમેરવામાં ન આવ્યાં હોય તો તે પરિણામ મોટે ભાગે આવ્યા વિના રહેતું નથી. માટે તે સમય બહુ સાચવવાનો છે. પણ તે સમય પસાર કર્યા પછી મરણનો ભય જેમ બને તેમ ઝોજો થતો જાય છે.

હવે આ માર્ગના અભ્યાસીમાં પ્રારંભમાં તો ઘણા હલકા પરમાણુઓ શરીરમાં હોય છે, અને તે વંશપરંપરાના નિયમને આધીન હોય છે. હવે આ ઉમેદવાર દરરોજ મરણ પામે છે એટલે દરરોજ તેના શરીરમાંથી શુદ્ધ જીવન ગાળવાથી હલકા પરમાણુઓ ખરવા માટે છે. અને તેથી તેની પ્રજા અને જાતિના મનુષ્યોને મરવાનો સમય આવી પહોંચે છે, તે વખતે તો તે ક્યારનોએ મરી ગયો હોય છે; એટલે કે જે પરમાણુઓના સદ્ભાવને લીધે તેના શરીરનો અંત આવ્યો હોત તેવા હલકા અને જડ પરમાણુઓનો બધો નહિ તો ઘણો ખરો ભાગ તેના શરીરમાંથી નીકળી ગયો હોય છે. તે દરરોજ મરતો જાય છે, એટલે તે મરણનો આઘાત તેને ભોગવવો પડતો નથી. અને આ મરણ સ્થિતિમાં તેને બે વાર જવું પડતું નથી.

યોગીઓ આ રીતે લાંબું આયુષ્ય ભોગવી શકે છે. સામાન્ય મનુષ્યો પણ ઘણા લાંબા સમય સુધી નીરોગી અને મજબૂત શરીર સાથે જીવી શકે. કદાચ નિયમો પરિપૂર્ણ ન પળાય અને મરણ આવે પણ આ રસ્તે જીવન ગાળનાર તદ્દન નીરોગી અને મજબૂત શરીરવાળો રહી શકે છે, અને જીવનની ઉચ્ચ દશા અનુભવવાને યોગ્ય શરીર બનાવી શકે છે. આપેલા ભોગના પ્રમાણમાં લાભ અધિક છે. નવી શક્તિઓ સાથે નવી નેષ્પમદારીઓ પણ આવે છે, પણ તે શક્તિઓનો આનંદ અપૂર્વ છે. આ લેખમાં દર્શાવેલા નિયમો પ્રમાણે જીવન ગાળવાથી હરેક પ્રકારની ઉન્નતિ થશે. કેવળ શારીરિક નહિ પણ સાથે સાથે માનસિક અને આત્મિક ઉન્નતિ પણ થવા લાગશે. માટે જે મુશ્કાઓ યોગ્ય લાગે તે અમલમાં મૂકવા' પ્રયત્ન કરવામાં આવશે એવી આશા સાથે આ લેખ સમાપ્ત કરવામાં આવે છે.*

રતનપોળ-અમદાવાદ.

તા. ૧૭-૩-૧૭.

} લી. મણિલાલ નથુભાઈ દોસ્તી, બી. એ.

* જેનોમાં એવી માન્યતા છે કે તીર્થકરતા આહારનિહાર અદ્વય હોય છે.

*Elixir of Life-જીવનનું અમૃત એ લેખને આધારે.

આયુષ્ય કેમ વધે ?

૧ દરેક વ્યક્તિએ પોતાની હંદગીની અરધી અવસ્થા શ્રમ અને ઉદ્યોગમાં ગાળવી બાકીનો ભાગ શાંતિ અને આરામમાં ગાળવી. એટલે કે, બ્રહ્મચર્ય અને ગૃહસ્થાશ્રમમાં શ્રમ અને ઉદ્યોગજ કરવાનો, પછી વાનપ્રસ્થ અને સન્યસ્થ (જે હાલ નથી પળાતો એટલે વાનપ્રસ્થ) આશ્રમમાં ગાળવી.

૨ શરીર અને મનને એક સરખી કસરત આપવાથી પણ આયુષ્યમાં વધારો થાય છે.

૩ મસાવા દારૂ અને અતિ ગરમ ખોરાક જે જરૂરને પાચનશક્તિમાં અડચણરૂપ થઈ પડે છે. તે હંદગીના કદા શનુઓ ગણાય છે તો તેને વહેંત કરવા સૌથી વધુ આયુષ્ય ભોગવનાર વનસ્પતિ આહાર કરનારામાંથી મળે છે.

આપણે જોઈશું તો આપણા રૂપિ—મુનિઓ લાંબાં આયુષ્ય ભોગવતા તે વનસ્પતિ ખોરાકને લીધેજ. તેઓ તો કેવળ ક્ષણહાર ઉપજી રહેતા હતા તો તેમનાં શરીરબળ અને મત્તા કેટલા પ્રબળ હતાં ?

શહેરી કરતાં ગામડીયાં આયુષ્ય વધારે ભોગવે છે. યુરોપમાં દર વરસે ૫૦ ની સંખ્યાએ એકતું મરણ પ્રમાણ છે. અને મોટાં શહેરમાં ૩૦ ની સંખ્યાએ એકતું પ્રમાણ છે. વળી શહેરમાં જ્યાંઓની સંખ્યા મોટાં પ્રમાણમાં રહે છે તેમાં અરધ તો ૩ વરસની અંદરજ મરણ પામે છે. વળી ગામડામાં જન્મેલાં ૨૦-૩૦ની ઉંમર પહોંચ્યાં પહેલાં મરતાં નથી. ગામડાના માણસોનો બાલો મજમૂત હોય છે ત્યારે શહેરનાં માણસોનો બાલો એકંદરે ઘણો નબળો માલમ પડે છે. ભાગ એક ગાઢ સ્નેહી જેની ઉંમર ૨૨ની હશે. પણ તેના બાલો એટલે બાલો નબળો હોતો કે બાએજ કોઈ તેને ૧૫-૧૬ ની ઉપર ધારે. વળી તેની નબળાઈના પરિણામે તેને ત્રણ વખત પ્રીતીપસમાં પછાત પડ્યું પડ્યું હતું. શરીર એટલું બધું નિર્મળ કે એક વખત વાત-વાતમાં તેના એક સ્નેહીને ભેટતાં તેનું લીવર એટલું બધું દમાયું કે આમોસ્વીસની ક્રિયા ઘણીજ મદ પડી ગઈ, તે વખતે હું હાજર થતાં બે ત્રણ સોડાની બાટલી પાવાથી, તેને સ્વનહ લવામાં લઈ જવાથી કંઈક આરામ વળ્યો હતો.

આયુષ્ય વધારવા માટે મિતાહારી રહેવું અને કુદરતી કાનુનો પાળવા જોઈએ. કુવારા રહેવાથી હંદગી ટુંકી થાય છે, અને લગ્નગાંઠથી બેડાવાથી વધે છે. પણ એક કરતાં વધારે સ્ત્રીઓ ભોગવવાથી આયુષ્ય વધે છે તેમ ડૉ. હર્ફલેડનો મત છે, છતાં તે માટે આઠમા હેનરીનો શબ્દો સેશું તો આઠ સ્ત્રીઓ થવા છતાં પણ તેણે ટુંકી હંદગી ભોગવી હતી. તે મત પ્રમાણે આગળના રાજઓ ૨૦૦-૩૦૦ સપ્તીઓ કરતા તે ઉપરાંત વિષય સેવન વધારે કરતા છતાં ટુંક હંદગી ભોગવતા. હમારા મત પ્રમાણે તો કુદરતના કાયદા પ્રમાણે વર્તવાથી અને મિતાહારી રહેવાથીજ આયુષ્ય વધે છે. —કે. ન. પંડ્યાકૃત “આયુષ્ય વધારવાનો અર્થ કીમિયો” પૃષ્ઠ ૩૬-૩૭ ઉપરથી લખી મોકલનાર મી. “મંગલ”, ગાંડલ.

૩૬. નવતુ સ્ત્રાવ.

(અરકાવ, હરકત, ખાધા, રત્નેદર્શન.)

(લેખક—મંગલ. ગોંડલકર-પોરબંદર.)

રુદ્રસ્ત્રાવ એટલે જ્યારે સ્ત્રી યુવાવસ્થામાં આવે છે અને તેમનાં શરીર અને સધળા અવયવ પરિપક્વ થાય છે ત્યારે તેમનામાં સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાની સ્વાભાવિક શક્તિ અને સમય આવે છે તેજ.

રત્નેદર્શન કેટલી ઉમરે દેખાય તેનો કંઈ નિયમ નથી. પણ દેશ, કાળ, હવા ને સોજત ઉપર આધાર રાખે છે. પણ એકદરે ૧૨-૧૫ વર્ષની અંદર દેખાય છે.

શ્રીમત વર્ગમાં, આગસ્ટ અને શુગારિક વિષય વાંચનાર અને સાંભળનારે તથા ગરમ મસાલાદાર ખોરાકને વહેલું દેખાય છે. મહેનતુ અને ગામડામાં રહેનારને મોડું દેખાય છે. વખતે ઉપર જણાવેલ વખતમાં બેએક વર્ષનો વહેલો મોડો ફેરફાર થાય છે. તે દર માસે ત્રણથી પાંચ દિવસ સુધી દેખાય છે, અને ૪૫ વર્ષની આસપાસમાં દેખાવ બંધ થાય છે.

જે સ્ત્રીને સ્ત્રાવની (Monthly Course) પીડા હોય તેણે ગર્ભ રહે તે વખતે ધણીજ સાવધાની રાખવાની જરૂર છે. પરિપક્વ થતા સુધી આખા સંયવનો જોઈએ, નહિ તો અનિયમિત અરકાવને દવાથી નિયમિત કરવો કે બહુ પીડા ન રહે.

અરકાવ એછા કે બહુ હોય તો—રાખતે ખજખજતા પાણીમાં નાંખી તેમાં સ્ત્રીએ કમરબાંધ બેસવું જોઈએ. એછામાં એછું અગ્ધાથી પોણા કલાક સુધી રહેવું તેને “ મરદીં બાય ” કહે છે.

રુદ્ર થોડું કે બંધ થઈ ગયું હોય તો—મજાનાં મૂળાયાં પાણીમાં પલાળી તે પાણી પીવરાવવું.

રુદ્રસ્ત્રાવ ધણું થતો હોય તો—આવળના કુલની સોગડી કરી પહેરાવનાથી સ્ત્રાવ બંધ થાય છે.

રુદ્રોપ તથા સ્ત્રાવ બંધ થવાનો ઉપાય—કારલાના રસમાં સાકર નાંખી પીવરાવવાથી સ્ત્રાવ બંધ થાય છે.

અરકાવ બંધ થયો હોય કે થોડો આવતો હોય તો—એળાચો ૫-૧૦ ધડ બાર ઠંડા પાણીમાં પીવો પણ સગલાં સ્ત્રીએ લેવો નહિ.

ધન્વન્તરિ.

SHRI DHANVANTARI.

ધન્વન્તરિ ધૃતકરામૃતપૂર્ણકુન્દમ્ પીતામ્બરં સકલસિદ્ધસુરેન્દ્રવંધમ્ ॥

ચન્દ્રેરવિંદનયનં મણિમાલ્યમાયુર્વેદઃપ્રવર્તકમનુસ્મૃતિરોગનાશમ્ ॥

દ્વાયમાં અમૃતથી ભરેલો કુલ ધારણ કરી રહેલા, પીળાં વસ્ત્ર પરિધાન કરનારા, સર્વ સિદ્ધિ-રેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, કમળ સરખાં નેત્રવાળા, મણિમાળા પહેરી રહેલા, આયુર્વેદ એટલે ઘંટસાજના પ્રવર્તક, અને વળી જેમના નામનું સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ માત્ર નાશ પામે છે, એ શ્રી ધન્વન્તરિ ભગવાનને નમન કરું છું.

Mens sana in corpore sano."

"પહેલું" સુખ તે જાતે નર્યા."

પુસ્તક ૧૦ મું.]

એપ્રિલ ૧૯૧૭.

[આંક ૪ થી.

On the Nature of Death.

(BY HEReward CARRINGTON)

Not until one begins to look up the literature on "death" does one discover how scanty it is, not until one begins to read upon the subject does one discover how little is really known about it! The *Encyclopedia Americana* contains only a couple of pages on the subject——mostly devoted to sudden death, and its various symptoms; and a very brief note is to be found in one or two other encyclopedias; but not one word does the *Encyclopedia Britannica* contain.

And yet it is astonishing, when we come to consider it, that so little is known, and so little interest is taken in this most momentous question. Medical men have the opportunity of studying thousands upon thousands of death-beds during the course of the year, but practically nothing of interest is ever said concerning these scenes. The only rational interpretation of this silence is that no man has had the desire to come forward and attempt to explain the facts and the phenomena that he is constantly observing. The facts are seen often enough: but any explanation

of the facts is quite impossible ! That would certainly seem to be the only interpretation of this remarkable and prolonged silence.

Now, any theory of death must fill a number of requirements, in order to be really explanatory. It must reach to the very heart of the problem, and explain not only the surface phenomena, but the very essence of the process we see before us. Further, if the theory be sound, it must explain *all* the facts, both physiological and psychological; and must also be capable of explaining sudden death, death due to accident, disease, mental causes &c., equally with death from old age. I might indeed contend, and justly, that I am not called upon to extend my theory to exceptional and odd cases—not to cases of death due to accident, to sudden death, or to disease, since I am only attempting to define *natural* death; but if my theory be found to fit into, and explain, all these phenomena equally well that is surely so much the better, and is a more or less conclusive proof that the theory is correct. All that can be demanded of any theory is that it explains all the facts, in a simple and satisfactory manner, and I think I may claim that my theory does this.

Let us first of all consider natural death. Here we see that it is not so much the germs that are to be dreaded, as the condition of the body that renders their presence and growth possible, and we can at least form a conception of what that is. Decay, degenerative changes, &c., are all pathological and abnormal states, due to the food and other habits of the people, and none of these would be present in normal, healthy old age. But death is commonly supposed to be *due* to these very causes, and to result because of them; and science knows no reason why death should ever occur so long as these changes did not take place. Then are we intended to live for ever? Certainly not! How then can natural death take place? That is the problem to be solved, and I think it can be solved easily enough if we consent to lay aside present-day materialistic physiology and its teachings, and look for something in man which is a little more hidden, which cannot be discovered by the aid of the scalpel, but which *is*, in very truth, the life principle itself.

It has often been said that we cannot know what death is until we know something of the nature of life, and that is very probably true. Death has also been defined, times without number, as "the cessation of life." But what is the use of that definition when we have not the slightest idea of what life is? Surely we are in a vicious circle here: death is the cessation of life, and life is the opposite of death! How can we ever reach any satisfactory explanation, so long as we are content to beat about the bush in that fashion?

In order to define death (natural death), therefore, it will first of all be necessary to give a definition of *life*.

And what is life? That, of course, is unknown. But I venture to think that we shall not go far wrong should we conceive it—on its physical side—for of its essence we are quite ignorant—as a species of *vibration**

If the manifestation of life is actually a species of vibration, and life manifests at a certain rate, and at that rate only (or within certain narrow limits), it will be seen that, in order to render impossible the manifestation of life, it would only be necessary to raise or lower the rate of vibration above or below the limits designed by nature as possible for the manifestation of life, in order to render this manifestation impossible. If the rate of vibration be above a certain speed, life (or its physical base or body) would be shattered, and its manifestation become impossible. On the other hand, if the rate of vibration were to fall below the minimum limit set by nature, then life would lose its hold of the organism, and drift away, no longer able to manifest through that body. Such in rough outline, is the theory. Now let us apply it in detail to the facts

* Of course this definition does not explain everything in full. All that is intended here to be accomplished is a definition of the manifestation of life, and a statement of the possible conditions under which it might or might not manifest. That is all that is attempted, in the case of any other energy or quality, such as heat, light, electricity, gravitation etc. We are dealing with *phenomena* still, and not with *reimena*. My present idea is merely advanced, to be tested, like any other hypothesis.

First, let us consider what "natural death" would mean, on this theory. Assuming that a certain rate of vibration (of the nervous tissue, or of some ethereal medium acting upon nervous tissue) represents the ideal of health, we might suppose that all rates of vibration above or below this would represent, more or less, manifestations of abnormality or disease—mental or physical. A *slight* lessening of the rate of vibration would indicate a lessened amount of vitality—sluggishness, enervation, depletion, and all that goes with these states. On the other hand, an elevation of the rate of vibration would induce undue excitement, excessive stimulation, abnormal passions and emotions, feverish conditions, *et hoc genus omne*. I need not here go into the medical details of this theory, and of its applicability to disease: possibly I shall do so on another occasion. At present I only wish to indicate its applicability and explanatory power, so far as the phenomena of life and death are concerned. But any medical man will see its applicability and potentialities, if true.

Now, we may suppose that this rate of vibration would be influenced in two ways—by the condition of the body, and, by the state of the mind. If the body be choked up with *débris*, and clogged so that life cannot manifest through it, then the rate of vibration will be so lowered that only a very little life, or life of a low order, can become manifest. If, on the other hand, the mind be unduly excited, if it be stimulated and raised to a pitch of great emotional or intellectual activity, this would doubtless correspond to an increased rate of vibratory action; and, thus increasing the activity of the organism through which it manifests, by reason of its raising the rate of vibration of its nerve centres, it would produce disastrous consequences in that organism. A *slight* raising or lowering of this rate of vibration would thus produce disease of one character or of another; and when the rate of vibration exceeds a certain limit, then life would be no longer possible at all—at least in that body.

Now, applying this theory to the problem before us, I think we have a satisfactory explanation of natural death, as well as of

all, the sudden deaths—deaths due to accident, disease, &c. Let us see if this is not the case.

Take, first, a supposedly typical case of “natural” death. As the result of years of living contrary to the laws of nature (more or less),* the body has become enfeebled, the vitality low, the powers sluggish, the chemical composition of the body altered, and the tissues more or less clogged with debris and mal-assimilated food material. Once this process of blockage and decay has begun, it proceeds more or less rapidly, according to the condition of the organism. Thus, I conceive that it would be impossible for any person in perfect health to die: but no one is in perfect health! This process of blockage, then, goes on from day to day, until there comes a time when life cannot set the vital machinery in motion. Thus we have the state which is called death.

I should thus, therefore, define natural death, or death from old age:

IT IS THE INABILITY OF THE LIFE FORCE TO RAISE TO THE REQUISITE RATE OF VIBRATION THE NERVOUS TISSUE UPON WHICH IT ACTS—ITS MANIFESTATION THUS BEING RENDERED IMPOSSIBLE.

We have here, I think, a complete satisfactory definition of natural death—offered, I believe, for the first time.

There are many cases on record in which a man has, *e. g.*, read a telegram and dropped dead instantaneously. Surely the bodily conditions before and after such a catastrophe must differ almost infinitesimally; and yet there is all the difference in the world between that man's condition before and after such a stupendous event! What has taken place? What physiological reason is there for thinking that life cannot be made to re-manifest in such a body? It has always appeared to me that, were the

* No one can live *absolutely* according to the laws of nature. That would be an ideal condition—which does not exist as an actuality. However closely we may obey the laws of nature, therefore, so far as they are known to us, we are perverting them every day of our lives to a great or an infinitesimal degree. For this reason, death ultimately comes to us.

laws of life—its manifestation and vital connection with the body—more thoroughly understood, cases of "raising the dead" might be far more plentiful than they are at present, and they would no longer be considered "miraculous" by the public at large. Surely this must be because the nervous system is involved, and it is because of the shock that death takes place? The total insufficiency of the current theories of life and of death is never more plainly illustrated than in cases of this character. On the materialistic theory, why should stoppage of the heart, or its emptying of blood, cause sudden death? And how comes it about that cardiac massage can restore the heart-beat and life, several minutes after a heart has stopped beating, when the man would normally be pronounced quite dead? On the theory outlined above, it seems to me all such facts are readily explained. Cardiac massage, *i. g.*, would restore a certain vibratory action to the system, which would render possible the re-manifestation of life through it. In the case of the heart-failure, the rate of the life-vibration would be either raised or lowered so suddenly and so tremendously, that its manifestation would no longer be possible. Just as light would suddenly jump into invisibility were we suddenly to increase its rate of vibration, and remain invisible indefinitely so long as we retained that rate, just so would life instantly become invisible and intangible, and would cease to function on this plane, where it is visible or sensible to us.

Having defined natural death, let us see if this theory applies to all the other known facts, and explain them in a satisfactory manner. I think we shall find that it does. I should begin with death from mental causes.

To take a typical case, a man reads a telegram, and drops dead. In such a case, I have only to suppose that the rate of vibration was raised to such a pitch, in consequence of the mental emotion and excitement, that life shattered itself, as it were, and destroyed its physical bases for life-manifestation. Death from excessive heat or excessive cold would be caused by the gradual raising or lowering respectively of the vibratory action of life. Death from sudden physical shock, jar, electric current, lightning,

&c., would raise the vibration of life to such a pitch that it would become extinct immediately. Just as light would cease to be light (for us) as soon as the rate of its vibrations passes a certain number per second, so would life vanish (for us) as soon as the rate of its vibrations passed its proportionately fixed and set limit. In both cases there would be apparent annihilation, but in both cases the vibrations would continue to persist unseen, unsensed, and unknown to us. Life might then persist, after the physical destruction of the body; and in fact, *must* so persist, unless we are prepared to defend the doctrine of immediate annihilation of energy and the complete upsetting of the laws of evolution, progression, continuity, and the conservation of energy. The bearing of all this on psychical research need only be pointed out in this place.

Coming now to death from diseases of various kinds, we find the same theory equally applicable here, as before. In all such cases life would be unable to raise the rate of bodily vibration to the requisite pitch, in order to manifest through it. The condition would be very much the same as in all cases of natural death, but death would come more suddenly, more painfully, and would cut off a number of years from that person's life. But, beyond some differences in detail, the same cause would apply equally in both cases, and would explain them both equally well.

Now let us turn to the most difficult of all—cases of *sudden death*. Take a case of rupture of the heart. Personally, I could never see why (apart from the shock to the nervous mechanism) rupture of the heart, and even its complete emptying of blood should induce sudden death. The nerves throughout the body are still nourished with blood, and would be for some minutes after the heart was ruptured. Why, then, should this cause sudden death?

I think all cases of sudden death might be explained as easily and as fully. The sudden raising and lowering of the vibration of life, because of the suddenly induced mental or physical change, would necessitate the raising or the lowering of the vibration of the nervous mechanism accordingly; and if this were to pass beyond a certain rate in either direction, it would mean annihila-

tion—so far as we are concerned—until the rate of vibration could again be lowered or raised sufficiently to allow the re-manifestation of life. In some cases this might be possible. Massage might effect this result, for one thing; hypnotic suggestion or spontaneous trance might bring this to pass, for another—when the vibration had been too high previously—this enabling us to perceive the *rationale* of Miss Molly Fancher's remark, *e.g.*, that "only the trances and spasms saved my life".¹ Electricity might stimulate into action nerves whose vibration had been a trifle too slow to allow of the manifestation of life; other stimulants might act in a similar manner. Only in those cases in which the shock and the rate of change had been so great, that (1) either the structure of the body had been destroyed, or (2) the medium of re-manifestation and re-vivification become impossible. In such cases life would be severed from the body for good and all.

This theory of life and its connection with the organism also enables us to explain several puzzling facts which has always been stumbling-blocks in physiology, and still are. I refer to *sleep* and to *insanity*. Let us first take sleep. The innermost nature of this process is a mystery to orthodox science; but it becomes intelligible to us on the theory outlined above. We should suppose from all analogy, that the vibration of life would get shaken and jarred out of its perfect *rhythm* as the result of the day's excitement and activities; and that it would be necessary to induce some state of the body in which these vibrations of life could be again equalised, ready for the next day's activities; and if this period of rest and re-adjustment was not allowed, then the vibrations would become more and more disturbed, more and more inharmonious and unrhythmic, until the connection of the life force with the organism would be totally mal-adjusted, and insanity and death ensue. *Sleep* would be, therefore, a time of rest necessary for the *re-balancing*, and *re-adjustment* of the vibrations of life.

We have just said, that continued loss of sleep will induce insanity more readily and more quickly than almost any other

1. *Molly Fancher*, by Judge A. N. Dailly, page 22.

cause. It is asserted that ten days is, as a rule, the greatest length of time that any human organism can exist without sleep. *Why* should so short a period prove so disastrous? Science cannot answer, but I think the answer is found easily enough if the theory just outlined were true. For, in this case, we can see that the longer that sleep is suspended or postponed, the more will the vibrations of life be upset, unequalised, and rendered more inharmonious. We have the analogy of *music* to guide us here. We know that we have harmony and all the sweet strains of music so long as the vibrations are *equal*, but so soon as they become *unequal* in time-interval, then we have discord, or merely *noise*. And it would be the same with the human mind. The continued de-equalization of the vibration of life would tend to induce more and more mental mal-adjustment to the body, and hence an unbalancing of the mind. *Insanity*, therefore, might be defined as a *condition of the mind resulting from the mal-adjustment and unequalising of the vibration of life*. It would result from the disharmonious *connection* of the mind and the body—a fact upon which Andrew Jackson Davis insisted years ago in his *Mental Disorders*. This would enable us to see why it is that, in the majority of cases, persons insane to us here might be perfectly sane so soon as they died (*i. e.* so soon as they became "spirit," and this connection consequently no longer existed). It would also enable us to understand the beneficial effects of *music* on the insane—which is now receiving so much attention—and the *rationale* of the various "rest-cures" for mentally sick patients. This unequalising and unbalancing of the vibration of life would enable us to account for all such facts easily, and would show us *why* it is that no *physical* disturbance is to be found (*post-mortem*) in a large number of insane patients. We shall have to go beyond materialistic science to explain many cases of this character.

MR. JOHN R. MEADER'S VIEWS.

How often during the past hundred years have revolutionary theories been dismissed with ridicule by scientists, merely because they were contrary to the laws of the indestructibility of matter and force, or the conservation of energy and matter! And yet,

if Gustave LeBon's experiments are to be accepted—and it seems impossible that even the most dogmatic scientist should decline to accept them—matter is so far from being indestructible and eternal, that, under certain conditions, it dissociates and vanishes without return. If this be true modern science will have to pass through another period of reconstruction. Therefore, we say, in full agreement with the best and most advanced scientific discoveries, that thought is a force, or energy, as real in its operation as the force that we know as electricity, or as the absolutely unknown law of gravitation. All the apparent phenomena of the mind's action upon the physical organism adequately support this theory. That diseases due to the imagination are not necessarily imaginary diseases, but, as Dr. A. T. Schofield on page 6 of his *Nerves in Disorder* asserts: "may produce various functional and even organic disturbances", there can be no doubt. Then, Dr. Moll succeeded both in counter-acting the effects of purgatives by suggestion and in producing this action of the bowels by suggesting that a cathartic had been taken, when none had actually been given. Dr. Krafft-Ebing in his *Hypnotism* also describes a case in which a patient "was much injured and offended by the culpable act of a medical student, who, when she was in a hypnotic condition, laid a pair of scissors upon her chest, telling her that they were red-hot, and thus created a serious wound, which took three months to heal". Dr. Moll has shown in the case of Louise Lateau, of Bois d'Haine, near Mons, France, that when she directed her whole attention "continually to the wounds of Christ, the anatomical lesions resulted from this strain of attention, as in other cases from external suggestion". There is also Dr. Hack Tuke's well-known case where an infant was poisoned, and died, as the result of anger upon the mother's milk.

It may be thought by some that I have devoted far too much attention to this preliminary argument in support of my own theory of death; but when I state that I am personally convinced that *natural death is a habit* to which man has become addicted through countless centuries of anticipatory suggestion, the necessity of leading up to such a theory by somewhat slow argumenta

tive stages may become apparent. To understand this theory, it is first necessary to realize that our present scientific conceptions of the phenomena of life are in no respect infallible; that they change, like our views upon other questions, as our horizon widens and we become better acquainted with the laws governing our being. It is also requisite that we should know that the mind is not only independent of the brain, operating through it as an instrument, just as the sense of sight makes use of the organ known as the eye, but we must also understand that there is so close a bond between the mental and the physical elements of the human organism, that each exerts a demonstrable effect upon the other. With so much determined, it becomes possible to present the arguments for such a theory with less danger of making it appear as the product of irrational, if not absolutely erratic, reasoning.

Of course I do not mean to imply that all death is purely a matter of habit. Death from disease, or from accident, would occur under any conditions; nor do I wish the reader to infer that the habit of dying is one from which we can break ourselves at any time. Such assertions would be a test of sanity to which I should not care to subject myself. But I do admit that, in my opinion, the physical body possesses the means of lengthening life within its own organism, and to this extent I am supported by some eminent medical authorities. For example, Dr. William A. Hammond admits that "there is no physical reason why man should die", and to this Dr. Thomas J. Allen agrees, adding: "The human body is not like a machine which must wear out by constant disintegration, for it is self-renewing". G. H. Lewes, in his *Physiology of Common Life*, also said:—"If the repair were always identical with the waste, never varying in the slightest degree, life would then only be terminated by some accident, never by old age". Dr. Munro asserted that "the human body as a machine is perfect.....it is apparently intended to go on for ever". Dr. Gregory, in his *Medical Conspectus*, wrote:—"Such a machine as the human frame, unless accidentally depraved or injured by some external cause, would seem formed for perpetuity." It is to this fact that Harry Gaze refers, in his book *How to Live Forever*, when he says,—

"As natural activity does not wear away the body, but simply brings a change, so man is not made old by normal changes.....The centenarian and the little child are both continually building the body from equally new food and material. The mental conditions, however, are very different, and determine the great difference that is manifested." The centenarian thinks that his body is one hundred years old, while the child believes his body to be but a few years old. Neither is correct. The human body cannot exist for centuries, or even for years. The body of the centenarian, which seems to be very old, in reality is new..... The fact that the body is incessantly changing demonstrates that old age is not caused by the passing of years, but by a lack of proper adjustment."

Fresh evidence in support of this theory "has recently been forthcoming. In his *Philosophy of Long Life*, M. Jean Finot, devotes a number of pages to a consideration of the problem: "Will as a means of prolonging life." He says in part:—

"The forces of the mind, well utilized, may render us most important services from the point of view of the prolongation of life, as we have demonstrated elsewhere. It is suggestion ill-employed which undoubtedly shortens it. Arrived at a certain age, we drug ourselves with the idea of the approaching end. We lose faith in our powers, and they abandon us. Under the pretext of the weight of age upon our shoulders we take on sedentary habits. We cease to busy ourselves actively with our occupations. Little by little our blood, vitiated by idleness, together with our ill-renewed tissues, open the door to all kinds of diseases. Premature old age attacks us, and we succumb sooner than we need in consequence of a harmful auto-suggestion.

"Let us try to live by auto-suggestion instead of dying by it..... Evil suggestions surround us on all sides..... Just as the hypochondriac begins to beam with happiness by continually repeating that he is gay, so persons obsessed by the thought of old age and death will think calmly of their approach. The unreasoning fear of them, by demoralizing their consciousness, only quickens their destroying march. Man, arrived at a certain mental state, undergoes a sort of auto-suggestion of death. He then believes himself to have reached the end of his days, and feeds as much on the fear of death as on daily foods. From this moment onwards death fascinates him. He hears its call with terror everywhere and always. The philosophic and salutary consciousness of a hereafter gives place to a cowardly and nervous fear of separation from life. The victim feeds upon this fear, intoxicates himself with it, and dies of it!"

While these facts are true———and can be demonstrated to be true———and while it is difficult to comprehend why anybody should object to this theory as a plausible explanation of this phenomena of so-called natural death, I still believe that the presentation of these ideas will be of advantage to the world, whether my ultimate conclusions are finally accepted or rejected. While most theories that men have devised to explain the phenomena of life and death appeal to the intellect alone, this theory which I have attempted to elucidate cannot fail to exert a far deeper effect, if any of its basic principles are accepted. Thus, if we believe that the “unhappy passions” or emotions are both physically and mentally injurious to us, it is but natural to suppose that we should endeavour to bring them under better control. If we agree that quietude of mind, cheerfulness of thought, and the attitude of love and charity towards all mankind will have a tendency to improve our physical health, increase our happiness, and, finally, add to the number of our days, the mere recognition of the existence of these laws of life would inevitably tend to inspire the ambition to obey them. In other words, whereas other theories are purely intellectual in their aspect———speculative conceptions of conditions that could have little, if any, effect upon the actual life, whether they were or were not true———the principles that I have suggested constitute a practical law of sane living, which, if adopted, would not only add materially to the comfort and pleasure of this existence, but could not fail to bring our mental processes to that degree of adjustment which would best fit us to enter upon the experience of a life beyond the grave, whatever such conditions may be.—Condensed from *Death: Its Causes and Phenomena*, Chapters IX & X.

રસો પ્રતિબંધક ઉપાય.

(અનુવાદક ન્હાનાલાલ સી. ઉપચારક કચ્છ-કોશાલય.)

[અનુસંધાન ગત ડિસેમ્બરના એકના પૃષ્ઠ ૪૫૬ થી.]

જે એકવાર પ્રતિબંધક ઉપાય સુલટા કરી દેવામાં આવે તેો દુષ્કર ભણે કે તેના પગિ પ્રાપ્તિના અન્ત કેવો આવશે ? એ પ્રશ્નભણે, “રસી” નો યોગ પણ

અન્ધારામાં કુદવા જેવો છે. અને તેથી તેનું પરિણામ પ્રથમથીજ નથી જાણી શકાતું. આરી ભયંકર યુક્તિથી દૂર રહેવામાં અને શરીર રક્ષાની ઉચીત રીતિઓથી આ રોગની ઉન્નતિનો અટકાવ કરવામાં, અથવા તેના બચ્ચને ઓછું કરવામાંજ ખરી સલામતી સમાયલી છે. અન્તમાં વાજબી મગરરી સાથે હું આપની સેવામાં પ્રાર્થના કરું છું કે આપ અત્યંત જરૂરના આ કામમાં પૂરેપૂરું ધ્યાન દો. અને હિંદુસ્તાનની ગવર્મેન્ટ એવી આત્મા ન આપે કે તે ભારતવાસિઓને તેઓની ધૃષ્ટિથી વિરૂદ્ધ “પ્લેગની રસી” ને માટે દબાવુ થાય એવી નમ્ર પ્રાર્થના છે.

એક પ્રસિદ્ધ વેદક પત્ર ઇન્ડિઅન લૈન્સેટનો એક પ્રખ્યાત લેખક લખે છે કે અમારો મત કેપ્ટન લિસ્ટનથી કે જે પ્લેગથી બચવાનો પૂરો ઉપાય કેવળ “રસી” મૂકવાનો બતાવે છે તેથી વિરૂદ્ધ છે. અમે જણા એક “રસી” મુકાવેલા વાળા મનુષ્યોને પ્લેગ ગ્રસ્ત અને તેનાથી મરતા જોયા છે. અને અમારા વિચાર પ્રમાણે પ્લેગથી સુરક્ષીત રહેવાને માટે “રસી” ની અસર અત્યંત શંકાશીલ છે. તે ઉપરાંત આ વાત પૂરેપૂરી રીતે સત્ય સાબીત થઇ ચૂકી છે કે “રસી” લગાવવાથી પ્લેગના જેવા બીજા બચાવક અને અમાધ્ય રોગોના ભોગ થતું પડે છે. દાખલા તરીકે કોઈ કોઈ મૃગી (વાઘ) અનેકોઈ કોઈ માણસ છાતીના રોગોનો ભોગ થઇ પડે છે. વળી કેટલાક “રસી” લગાવવાથી કોઈ એક રોગ પોતામાં દાખલ કરી લે છે, અને પછી તેઓ કદી તેનાથી છુટકારો પામતા નથી. એક કેસમાં એક અંગ્રેજ રસીતું ઝેર રક્તમાં પ્રસરી જવાથી મરણ પામ્યો. જ્યાં સુધી એમ સાબીત ન થાય કે જેને એક વાર પ્લેગ થઇ ગયો હોય તેને બીજી વખત નથીજ થતો ત્યાં સુધી “રસી” નો પ્રયોગ લાભદાયક કદી શકાય નહિજ. પરંતુ આ વિચાર ખોટો છે એમ સાબીત કરવામાં આવે છે. એટલું છતાંજે હજારો મનુષ્ય પ્લેગની “રસી” લગાવ્યા પછી પણ પ્લેગના ભોગ થઇ પડ્યા છે. અમારા મત પ્રમાણે “રસી” થી પ્લેગના હુમલાથી બચવાને બદલે ઉલટી તે ઝેરી રસી લોહીમાં બળી જાય છે; અને પ્લેગના કીડાઓને શરીરમાં રહીને વધુ વિસ્તારમાં વ્યાપ્ત થવાનું સાધન મળી જાય છે. બીજા પણ વૈજ્ઞાનિક ડાક્ટરોના અભિપ્રાયો પ્રકાશમાં લાવી શકાય છે. અને તેનાથી સ્પષ્ટ રીતે “રસી” પ્લેગને માટે લાભદાયક નથી જ એમ સાબીત થાય છે.

“રસી” ની શોધ કરવાનાળા અને તેને માનવાવાળા ધર્ણુખરું અધિકતર “રસી” ને એટલા માટે શુણ્કારક બતાવે છે કે પ્રાયઃ એકનાર પ્લેગ થવાથી બીજાનાર પ્લેગ નથી થતો માટે “રસી” પણ એક પ્રકારની પ્લેગની રમીજ હોવાથી અર્થાત નમ્ર પ્રકારનો પ્લેગજ હોવાથી જરૂર પ્લેગના હુમલાથી બચાવશે.

પરંતુ પુરા અનુભવ પછી એ સાબીત થઇ ચૂકું છે કે આ તદ્દન ખોટું છે. ઝા. સ્ટ્રીમાની તરફથી જે કમીશન એટલે અમુક ડાક્ટરોની મંજૂરી નીમાર્ફને આવી હતી તેમાંથી ડા. મિલ્કર ઉપર પ્લેગે હુમલો કર્યો પરંતુ પ્રથમવાર બચી ગયો. થોડા વખત પછી ડાક્ટર મિલ્કર ને બીજાવાર પ્લેગ થયો અને આ વખતે તે બચી શક્યો નહિ.

એક મિલ્કર જેવા ડાક્ટરનું આ પ્રમાણે થયેલું મૃત્યુ એ વાતની પૂર્ણ સાક્ષી આપે છે કે પ્લેગ જેવા રોગની બાળતમાં એવો મમત કે જેને એકવાર પ્લેગ થાય તેને બીજા વાર નજ થાય તે ખોટો છે. જ્યારે ઇશ્વરીય “રસી” પણ આ પ્રમાણે આવિમા થનારા

પ્લેગથી એક મનુષ્યની રક્ષા કરવા અસમર્થ છે તો પછી બનાવડી “રસી” થી એવી ઉમેદ રાખવી કેટલે દરજ્જે વ્યાજબી છે ?

“રસી” મૂકનારા એવો દાવો કરે છે કે “રસી” મૂકવનાર લોકોમાં જે લોકોએ પ્લેગની રસી ન મુકાવી તેમના કરતાં ઘણી યોગ્ય મૃત્યુ થયાં. પરંતુ એ વાત ઉપરથી એમ માનવાને કંઈજ વાધો આવતો નથી કે “રસી” દર એક મનુષ્યની રક્ષા કરવાને અસમર્થ છે. “રસી” લગાવવા વાળા આ મૃત્યુની કમ સંખ્યા “રસી” ની અસરને લીધે છે એમ માને છે. પણ અમારા વિચાર પ્રમાણે એમ કદી પણ ન બને. નીચે લખેલા કારણોથી આ વાત ખૂંટપૂંટી રીતે જણાઈ છે કે જ્યાં આ રોગ લાગુ પડે છે ત્યાં વિદ્વાન અને ધનાઢ્ય પુરોગામી અભ્યાસીઓએ અવાન, નિર્ધન અને મૂર્ખોને પ્લેગ વિશેષ કરી લાગુ પડે છે. કેમકે પૈનાદાર મનુષ્યો સ્વચ્છતાના નિયમો પાળવામાં સારી રીતે માધન મંપન હોય છે. છતાં આ સમય સુધી “રસી”ની અભ્યોગ્યતાનો સન્દેહ વિદ્વાન, ધનવાન અને તે કરતાં પણ સુખ્ય મુખ્ય શિરામણી પુરોગામી રહ્યો છે. આથી એણે એકાંત્ર માલમ પડી આવે છે કે “રસી” મૂકવનારાઓમાં દર સેકેડે ઓછાં મૃત્યુ થવાં તે “રસી” નો યુગ્ય નહિ પરંતુ તેઓની વિદ્યા, આરોગ્યતા, અને રોગના નિયમોને સમજવાનું પરિણામ છે. અને તે “રસી” લગાવનારમાં પણ જણાઈ આવે છે.

અંગ્રેજો બાએજન કદી પ્લેગની રસી (“રસી”) મુકાવે છે. તો પણ હિંદુસ્તાનીઓ કરતાં દર મેકેડે તેમના મૃત્યુનું પ્રમાણ ઓછું આવે છે. એટલે કે નામ માનનાજ મૃત્યુ થાય છે. એ કેમ ? સ્વચ્છતાના નિયમોનું પાલન. હું કહું છું કે જો એ પણ સ્વીકારવામાં આવે કે “રસી” લગાવવા વાળાઓમાં કેટલાક અજાણુ પણ હતા, તો એ વાત માનવામાં કંઈ સન્દેહ નથી રહ્યો કે તેઓ મનમોજી અને કંઈ ને કંઈ પ્લેગ રોગ વિશે સમજવા વાળા હશે. તેઓએ રસી મુકાવ્યા ઉપરાંત શરીર રક્ષાના નિયમોનું પાલન કર્યું હશે જ.

નિશ્ચયે સુરદાસપુરના ડિસ્ટ્રિક્ટ પ્લેગ ઓફીસરની અધીનીમાંથી નીચેની લીટીઓ પણ આ લેખ ઉપર પ્રકાશ નાખે છે.

“એ વાત વિસ્તારથી કહેવા યોગ્ય છે કે પ્લેગની “રસી” થી એક અધીક લાભ પણ જોવામાં આવ્યો છે; કે જેઓએ “રસી” લગાવી તેઓ બીજા પણ નિયમો કે જે પ્લેગમાંથી બચવાને માટે હિતકર અને જરૂરના છે, તે માનવા વાળા થઇ ગયા છે. અને તે પ્રમાણે ચાલવાની તેમની આંતર ધ્વનિ થઇ રહી હોય છે.”

વિશ્વાસ મેટી ચીજ છે સાધુ ધૂણીની વિશ્વતી દરએક રોગ ઉપર દઈ દે છે. અને વિશ્વાસ રાખવા વાળા મનુષ્યો ઘણાજ નીરાગી થઇ જાય છે. જો કોઈ વેધ ઉપર વિશ્વાસ હોય તો તેના દારમાં પણ મૂકતાંજ કવચિત કવચિત રોગમાં રૂકે પડેના જાય છે. પ્લેગ જેવા રોગમાં હલ્લની મજબુતી ઘણી જરૂરની છે. “રસી” ઉપર જેનો વિશ્વાસ હોય છે તે પોતાના વિશ્વાસે આને લગાવે છે, અને તેને બચેલો હોય છે કે પોતે પ્લેગથી બચશે અને તેથીજ તેમનું મન દૃઢ થઇ જાય છે. અત્યુ શું આશ્ચર્ય છે કે આવા મનુષ્યો પ્લેગથી અચીંત જાય.

પ્રથમ તબક્કામાં કંઈ એક મન મોહલાઓ પોતાની વીરતા પ્રદર્શક એવું કામ હાથ લાગે છે કે જ્યાં કોઈ ટેકાણે કોઈ પ્લેગના રોગીનું મૃત્યુ થયું તો તેને ઉપાડી દાડી

યા બાળી આવે. એક એક દિવસમાં તેમણે સંખ્યાબંધ મુકાં બાળ્યાં હશે પરંતુ તો પણ પ્લેગથી બચ્યા. તેનું કારણ શું ? દિલની શક્તિને લીધે, અને વિશ્વાસ અને સ્વચ્છતાને લીધે.

આતો “રસી” ની હિમાયત કરનારા પોતેજ કહે છે કે અમુક મુકરર સમય પછી “રસી” ની અસર પ્લેગનો હુમલો રોકવાને માટે સમર્થ નથી. પ્રથમ એવો ખ્યાલ ભડેર થયો કે “રસી” ની અસર છ માસ સુધી રહે છે. પરંતુ બ્યારે એનું બન્યું કે ત્રણ મહિનામાંજ હઝારો મૃત્યુઓ થવા માંડ્યાં તો ત્રણ માસની મુદત નક્કી કરવામાં આવી. વળી બ્યારે બાર દિવસની અંદર મૃત્યુ થવા લાગ્યાં ત્યારે “રસી” ની અસરમાં ખીલકૂલ સંશય પેદા થયો.

પ્લેગ કમિશનરના રિપોર્ટ ઉપરથી નીચેની હકીકત અમારા નિશ્ચયનો પુરાવો આપે છે.

“હવે અમે એવી રિથતિમાં આવી પહેાળ્યા છીએ કે અમેને પ્રથમ આ વાતની તપાસ કરવાની જરૂર લાગે છે કે “રસી” ને મનુષ્યને મૂકવામાં આવે તેનો કેટલા વખત સુધી પ્લેગના હુમલાથી બચાવ થઈ શકે છે. આ વિષયની તપાસને માટે તે ગંખ્યાઓ ને આદિમાં મેજર બેનરમેને અધેર સ્થાનના વિષયમાં પ્રસ્તુત કરેલી છે તે સિવાય આજ સુધી કોઈ સામગ્રી હાજર નથી. જેથી જણાઈ આવ્યું કે “રસી” ની અસર છ મહાહની અંદર ઓછી થઈ નાહ.

ખીલું જેલખાનું ઉમરખડીનું પ્રમાણ છે, જેનાથી એ સાબીત થાય છે કે “રસી” મૂક્યા પછીના ચાર સપ્તાહ દરે “રસી” લગાવેલા મનુષ્યોમાં “રસી” લગાવ્યા વિનાના મનુષ્યો કરતાં પ્લેગની અસર વધુ જોવામાં આવી. સર્વથી છેલ્લે હિબલી, ધરોવર, ગંડક, અને મૈસુરના સંબંધી સંખ્યાઓ છે. આ ને કે એક સાધારણ પરિણામને માટે વિશ્વાસઘાતક વિચાર સમજવામાં આવે છે; તો તે ઉપરથી સાફ જણાઈ આવે છે કે અંતિમ સ્થાનોમાં જેને “રસી” લગાવવામાં આવી તેમાંથી ઘણાએક મનુષ્યો લાખો સમય સુધી એવી અવસ્થામાં રહ્યા કે જ્યાં તેમની ઉપર પ્લેગની અસર થઈ શકત, ત્યાં “રસી” મૂકાવ્યા; વિનાનાં મનુષ્યો કરતાં થોડાં મૃત્યુ થયાં. તેથી આ પરિણામ ઉપર આવીએ છીએ કે “રસી” ની અસર અમુક સમય સુધી રહે છે.”

ઉપર લખેલ હકીકત પરથી સાફ જણાઈ આવે છે કે અમારી સમક્ષ જે હેવાલો પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવ્યા છે તેમાંથી આ વિષયમાં કે કયા મુકરર સમય સુધીમાં “રસી” ની અસર પ્લેગના હુમલાથી બચાવી શકે છે, તેને માટે કોઈ ચોક્કસ અભિપ્રાય આપી શકતો નથી.

બ્યાં એ બાબતમાં હમણાં મંશ્ય હોય કે કેટલો વખત સુધી “રસી” ની અસર રહે છે, ત્યાં એ વાતની પણ આજ સુધી ખાતરી નથી મળી કે પ્લેગની રસી ઘણામાં ઘણી કેટલીકાર મુકી શકાય કે જેથી હમેશને માટે પ્લેગથી બચવાની આશા મહે. એક અંગ્રેજી પત્ર ગણુની ફરીને લખે છે કે તમામ હિન્દીઓને એક વખત “રસી” લગાવવામાં થોડાં થોડાં ૨૦૦૦૦૦૦૦૦ જે કોડ રૂપિયા ખર્ચ થશે. અને ને એમ સ્વીકારવામાં આવે કે, “રસી” ની અસર બે સપ્તાહ સુધી રહે છે તો બાવન કોડ ૫૨૦૦૦૦૦૦૦ રૂપિયા એક વર્ષમાં ખર્ચ થશે. વળી આ વખતે “રસી” ની તરફેણમાં બોલવાવાળાઓએ પણ ચોક્કસ કહ્યું નથી, કે એક વખતે કેટલીકવાર “રસી” લગાવવાથી માત્ર પ્લેગના હુમલાથી બચી શકશે. આ કારણને લીધે આ વિષય ઉપર અમે અમારો પોતાનો કંઈ અભિપ્રાય આપી શકતા નથી; કે ને “રસી” તેજ આ રોગથી બચવાનો ઉપાય ભડેર કરવામાં આવે તો કેટલાં વર્ષ સુધી ભારતવાસીઓને આ બારે ખર્ચ કરવો પડે.

“રસી” મતાવલખીઓનું કહેવું છે કે “શીતલા” ની રસી લાભદાયક થઈ પડે છે અને પ્લેગની રસી પણ તેજ મુગળ છે, માટે જરૂર લાભદાયક છે. “શીતલા” ની રસી ઉપયોગી છે કે નહિ અને યુરોપમાં તેના કેટલાં વિરોધીઓ છે અને તેની કેટલી શક્તિ છે તે જાણવાની ઉત્સુકતા ગમ્બીર વાંચકશ્રદ્ધાને શ્રીયુત ગોપિંદ અમૃત વૈદ્ય અમરેલી-વાળા એમણે તથા વિવાયતની “એન્ટી વેક્સીનેશન લીગ” નામની સરેથાએ તૈયાર કરેલાં “શીતલા” વિરેનાં પુસ્તક એક વખત વાંચવાની અમે નમ અરજ કરીશું.

યુરોપમાં ફરજિયાત “શીતલા” નો કાયદો રદ થયો છે. હિંદુસ્તાનની માફક હર એક ત્યાં “શીતલા” ની રસી મુકાવવાને બંધાયેલા છેજ નહિ. અત્રે અમારે આ વિનંતી કરી દેવી પડે છે કે કદાચ “શીતલા” ની રસીને લાભદાયક સ્વીકારવામાં પણ આવે; જેમ કે થોડીએક અવસ્થાઓમાં તે લાભદાયક કદાચ દેખાય; તોપણ એમ સાબીત નજ થઈ શકે કે પ્લેગની “રસી” પણ લાભદાયક છે. કેમકે વિચાર કરતાં માલૂમ પડે છે કે “શીતલા” ની રસીમાં ખુદ “શીતલા” નો ચેપ શરીરની અંદર દાખલ કરવામાં નથી આવતો. પણ ગાયની “શીતલા” ના ચેપમાંથી રસીને માટે યોગ તૈયાર કરીને શરીરરક્ષાના કહેવાતા નિયમ પ્રમાણે આમાંથી ચેપ લગાવવામાં આવે છે; કેમકે “શીતલા” ની “રસી” ને માનવાવાળાઓનો આ દાવો છે, અને તે કેટલાકોને સાચો લાગે છે. જે માણસને એક વખત “શીતલા” નિકળે છે તેને બીજીવાર નથી નિકળતી. પરંતુ પ્લેગના મંબધમાં આ વાત સત્ય સાબીત થઈ નથી.

“ટીકા રસી” ઉપરથી (કમશઃ)

શાવર બાથ SHOWER BATH *

(લખનાર:—હો. એ. વા.)

સર્વે જાતના રનાનો કરતાં શાવરબાથ એજ સહૃદી સરસ પ્રશકારક અને શરીરને તેજ આપનાર છે—તે દરેક કસરતશાળાઓમાં સાધારણ રીતે વપરાય છે, અને જેઓ એવી શાળાઓમાં જઈ બાથ લે છે, અને તે લેવા આગમન કરસતો કરે છે તેઓ સંધ્યાં આ બાથના મુખ્ય માટે એક અવાજે કહે છે, અરથો ક્યાંક કસગત કરી તે પછી આ શાવર બાથ લીધાથી જે અદ્ભુત ફેરફાર શરીરમાં લાગે છે તે વિષે સેંકડો લોકોએ મારી આગળ બારે વખાણો કર્યા છે. કસરતશાળામાં હમેશાં પહેલાં ગરમ-ગરમ પાણીનો યા સેહેજ ગરમ શાવર બાથ વપરાય છે, કે જેથી શરીરમાંથી નીકળેલો પરસેવો અને મલીનતા જે કસરત કરતાં બાહર આવે છે તે ધોવાઈ જાય; પણ ત્યારે કેટલેક તુરતજ ઠંડા પાણીનો બાથ લેનાય છે, કે જેમાં પાંચપિંચાથી ઠંડું નીકળે તેવુંજ પાણી વપરાય છે.

પિય વાંચનાર,—શાવર-બાથ કે જે માટે ખાસ ગોઠવણ અને ખર્ચ કરવો પડે છે અને તે બધાથી બની શકતું નથી, માટે મારા હિંદવાન બાઈ બેહેનોને ઉત્તેજન મળવા કાજે

* ઉપરથી વરસાદના ઝાપડાની પડે શરીરપર પાણી પડે એવી રીતે નહાવાની ગોઠવણ

કહીશકે આપણાં દેશી ધરેમાં હાંડીમાંથી કળશીયાએ પાણી લઇ માથા ઉપર ઝોડીએ છીએ તે પણ એક જાતના શાવર બાથજ છે, ફરક માત્ર એટલોજ કે, નલના શાવર બાથમાં પાણી થોડીક વધુ ઉંચાઇએથી આવતું હોવાથી વધુ જોશમાં ધરીર ઉપર પડે છે. જેથી હાથે નહાવા કરતાં લોહીને વધુ ગતિ અને તેજ આવી શકે છે. પણ હાથે નહાતી વેળાએ, હાથને છેક ઉપર લઇએ તો ત્યાંપણ પાણી વધુ જોશથી પડી શકે છે, અને શાવર બાથના જેવોજ કાંઈક ગુણ મેળવાય છે. પણ આમ ઠંડા પાણીએ નહાતી વેળા એક વાત યાદ રાખવી કે જેમ અને તેમ જલદીથી અંગોળ પુરો કરી ઉઠવું. ગરમ પાણીએ નહાતાં બેટકો વખત લેવાઇ શકાય તેટલો વખત ઠંડા પાણીએ નહાતાં કાઢવો નહિ. ત્રણથી પાંચ મિનિટ માંજ ઠંડા પાણીના અંગોળ પુરો કરવો. ઘણા મજબુત અને મોટી જીવનશક્તિ ધરાવતાં માણસોજ વધુ વખત સુધી લઇ અવગુણ વિના નાહી શકે, મોટે આ એતવણી આપવાનું વાજબી થાયું છે.*

નાહવાનો ખર્ચ હેતુ (ટોનીક બાથ).

તે કાંઈ માત્ર બાહરની સપાટીનીજ અસ્વચ્છતા દૂર કરવાનો નથી, પણ ચામડીનાં છિદ્રોને ચપળ બનાવવાનું છે, કે જેથી અંદરના અવયવો પોતાનું કાર્ય ઝડપથી બજાવી લે. આપણે ત્રણ જાતનાં સ્નાન લઇએ છીએ, એકદમ ગરમ, કુકો અને થંડા. થંડા પાણીનું સ્નાન સાચુ વિના લેવાય છે. અને તેથી તે ચોક્કસ રીતે સ્વચ્છતાઈ આપતું નથી. તે ટોનિક "ટોનિક" ઉપાય છે. થંડા પાણીએ નહાવાથી લેહી ચામડીની સપાટી તરફ ધસી આવે છે અને તેથી તે શરીરને ખુશનુમા લાગે છે. પણ તે લેવામાં સંભાળ રાખવી જોઈએ. કેટલાકને તે ઘણુંજ ફાયદાકારક હોય છે, જ્યારે બીજાઓને, જ્યાં લોહીનું કંટું ઘણું ધિસું હોય છે, તેમને ફાયદા કરતું નથી. જો તમે મજબુત ન હો, તો તમારે કુકાં પાણીથી નહાવાનું શરૂ કરવું. દર રોજ તે પાણીને સફેજ થંડુ કરતા જવું. થંડાં પાણીએ નાહીયે તો, નાહ્યા કે પુરતજ આપણને ખુશનુમા અને ગરમી આવતી હોય એવી લાગણી થતી જોઈએ-જો આમ તમને ન લાગે તો, તે બાથ તમારે મોટે વધુ ઠંડો છે એમ જાણવું અને તેથી તમારે તે કરતાં વધુ ગરમ બાથ લેવો.

થંડા પાણીના ફાયદા મેળવવા હોય તો, સૂકા ક્રીકશન બાથ લઈ, કે જે આગમન થોડી કસરત થતી જોઈએ તે પછીજ તમારે થંડા પાણીએ નહાવું. શરીરને કસમતથી ચપળ કર્યા પછી જો તમે નહાવો તો તે વધુ ફાયદાકારક છે એટલેજ નહિ પણ તેથી ઘણી મોજ પણ મળે છે.

થંડા પાણીએ નહાવાની રીત—

સડથી વધુ સહીમલામતભરી રીત છે તે શરૂઆતમાં બીના કપડાના કટકા અથવા વાદળીએ નાહવું તે છે. એથી પણ વધુ સંભાળ રાખવાની તમારી મરજી હોય તો, માત્ર હાથને થંડા પાણીમાં બોળી તેમનાથીજ આંગળે ખુબ ધસવું. આથી ઘણીજ થોડી થંડી લાગશે અને તમને જલદીથી આંગમાં ગરમી આવી જશે. આમ કેટલાક દિવસ કર્યા પછી, બીજો કટકો વાપરશો અને ત્યાર ક્રે વાદળીના મોટા કટકાએ વધુ થંડા પાણીનો જલ્દો વાપરી શકશો.

* Building of Vital Power by Bernard Macfaddenનું ગુજરાતી ભાષાંતર કર્યું
બે. પી. માદન.

ન્યારે તમને થંડી જેવું લાગતું હોય ત્યારે કદી પણ થંડા પાણીએ નહાવું નહિ, તેમજ થંડા પાણીએ નહાતાં ખુશકારક લાગે તેજ નહાવું.

થંડા પાણીના ગુણ.

શરીરની સપાટી ઉપર લોહી ફરતુ રાખવાને થંડુ પાણી એ મજબુત ઉપાય Stimulent છે. શરીરને જેવું પાણી પહેલાં લાગ્યું કે લોહીને તે અંદર અને ઉપર હંકારી, “હાર્ટ” એટલે હૃદય તરફ મોકલે છે. ખીજું નવું લોહી સપાટી ઉપર તુરત આવે છે અને આથી લોહીનું (સરક્યુલેશન) ધરતું ઘણું ઝડપથી થાય છે.

ગરમ પાણીના ગુણ.

ગરમ પાણીનાં સ્નાન ઘણાખરા સાંધા છુટા કરનારા છે, અને તેથી વધુ લીધાથી કમ-શક્તિ લાવે છે. જો તમે ઘણા મજબુત ન હોતો ગરમ સ્નાન ઘણીજ સંભાળથી લેવું, ઘણાક વાજલાઓમાં ગરમ પાણી, થંડા પાણી કરતાં વધુ તુકશાનકારક નીવડે છે.

કુદા પાણીએ નહાવાનું માત્ર સુવડાઇ છે, પણ એ સિવાય તે ખીજું કંઇ કાર્ય કરતું નથી.

ઈન્ટરનલખાથ અથવા અભ્યંતર સ્નાન.

લેખક તંત્રી.

(ગત વર્ષના પાન ૧૯૬ તુ અનુસંધાન.)

અભ્યંતર સ્નાન સંબંધે ગત વર્ષના ચંક ૫-૬ માં કેટલુંક લખવામાં આવ્યું છે. આજ અંબંધે વૈદ્ય માસિકમાં પણ એક લેખ છે, જેનો અનુવાદ આ લેખમાં આપીએ છીએ. મોટા આંતરડાં અથવા નળ (કોલન) ની રચના ઘણી જોડગી છે, તેથી તેમાંથી સહેજ રીતે મલ પસાર થઇ શકતો નથી. મોડું આંતરડું સીધી રીતે ન જતાં બે જગાએ વાકંથી ગચ્છે છે. આ બે સ્થાનમાં પણ મલ ઘણે ભાગે સચિત થાય છે. આ સિવાય પણ મોટા આંતરડાના અંદરનો ભાગ એક સરખો અને લોમો નથી. તેમાં અનેક જગાએ ખાડા ટેકરા જેવામાં આવે છે જેથી સહેજ કારણથી પણ તેમાં મળ રોકાઇ જાય છે. આપણા ધરની મોરીઓ જો સીધી અને અંદરથી એક સરખી ન હોય તો તેમાં જેમ મળ જામી જાય છે તેથી તેને ધોવાની અને સાફ કરવાની જરૂર પડે છે. આ પ્રમાણે મોટા આંતરડામાં પણ સહેજમાં મળ મચિન થાય છે તેથી તે ધોઇ સાફ કરવાની આવશ્યકતા છે. મોરીયોને સાફ ન રાખવાથી જેની રીતે ધરમાં દુર્ગંધ ફેલાય છે અને ધરના માણસોની તખીયત ખગડે છે; તેજ પ્રમાણે મોટા આંતરડાને સાફ ન રાખવાથી શરીરના આરોગ્યને ઘણી હાનિ પહોંચે છે.

મોટા આંતરડા (કોલન) માં મળ ઘણા દિવસો સુધી રોકાઇ રહે છે. એટલે સુધી કે કોઈ કોઈ માણસને એક વર્ષથી પણ વધારે મુદત સુધી મળ રોકાઇ રહેયો જેવામાં આવ્યો છે. કોઇ કોઈ વખતે જુનો મળ મોટા આંતરડાના ખાડા ટેકરામાં ઘણા દિવસો સુધી રોકાઇ રહ્યા છતાં પણ તેમને દમ્ન ખુશમથથી થતો હોય છે. મલ ઘણા દિવસ સુધી મચિન થ-

વાથી આંતરકામાં દુર્ગંધ, કઢોવાણુ, કૃમિ, જંતુઓ, અને ભયંકર ઝંહેરી અમર ઉત્પન્ન થાય છે; જેથી શરીરમાં નાના પ્રકારના દુસ્તર વ્યાધિ ઉત્પન્ન થાય છે. એક પ્રસિદ્ધ ડોક્ટરનો મત છે કે વૃદ્ધાવસ્થા લાવનારા એક પ્રકારના જંતુ મોટા આંતરકામાં રહે છે. અંતર ધોતી દ્વારા એને બહાર કાઢી નાંખવાથી માણસ દીર્ઘાયુષી થાય છે. આજ કારણથી આપણા આ-ચાર્તના લોકો અંતર ધોતીની ક્રિયા કરતા હતા અને હજુ પણ કેટલાક કરે છે.

યોગી લોકો જળમાં શરીરનો નીચેનો ભાગ રાખીને આંતરકામાં જળને ખેંચીને ચઢાવે છે, અને પછી તે બહાર કાઢી નાંખી અંતર ધોતી કરે છે; પરંતુ સાધારણ લોકોને માટે એ ક્રિયા કઠણ છે. એટલા માટે અંતર ધોતી (ઇન્ટરનલવાય) ને માટે 'એનીમા' કે બસ્તીયન્તી મદદ લેવાની જરૂર છે. અને તે કેવી રીતે વાપરવું તેને માટે અમે ગત વર્ષના અંકમાં લખી ચુક્યા છીએ. શરીરમાં કંઈ વિશેષ રોગ થયો ન હોય તોપણ અંતર ધોતી કરવા હરકત નથી. તેથી ઘણો ફાયદો થાય છે. પીચકારીથી અંતર ધોતી કરવાથી કંઈ લાભ નથી. પીચકારીથી આંતરકામાંનો થોડો મલ કુલોને બહાર નીકળે છે અને આંતરકું જોઈએ તેવું સાફ થતું નથી. માટેજ મોટા બસ્તીયન્તી અંતર ધોતી કરવી એ ઉત્તમ માર્ગ છે. અંતર ધોતી કરવાનો ઉદ્દેશ એ છે કે મોટા આંતરકામાંના અંદરના ભાગમાં તેમજ નાના આંતરકાં સુધી જળ પહોંચે છે. જેથી મોટા આંતરકાના ખાડા ટેકરામાં ભમી જઈ સુકાઈ ગયેલા મળને પલાળી નરમ અને પાતળો કરી બહાર કાઢી નાંખે, એટલુંજ નહિ પણ મોટા આંતરકામાં ભેગા થયેલા ઝંહેરી પદાર્થ તથા અનેક જાતના રોગજનક જંતુઓ પણ મળની સાથે બહાર નિકળી જાય છે. આ પ્રકારે અંતર ધોતીની ક્રિયા શરીરમાંથી અનેક વિપયુક્ત પદાર્થને કાઢી નાંખવામાં મદદ કરે છે.

આ અંતર ધોતીની ક્રિયા પકવાશય અને બસ્તીમાં પસીના લાવવાનું કાર્ય કરે છે. હૃદય, અને ફેફસાંનાં કાર્ય ઉત્તમ પ્રકારે સંચાલન કરે છે.

રૂધિરમાંથી વિષવાળા પદાર્થ દૂર થઈ રૂધિર સ્વચ્છ થાય છે. પાચનશક્તિની વૃદ્ધિ થાય છે. ક્ષુધા (લુખ) સારી રીતે લાગે છે. જેથી બળ, પુષ્ટિ, આરોગ્ય, પ્રાપ્ત થતાં આયુષ્યની પણ વૃદ્ધિ થાય છે. અનેક પ્રકારના પુરાણા (જુના) રોગ તથા દુસ્તર અને જટીલ રોગ પણ દૂર થાય છે.

નીરોગી મનુષ્ય પણ અંતર ધોતી કરે તો શરીર અને મનના આરોગ્યમાં વૃદ્ધિ થાય છે. ભવિષ્યમાં રોગો થવાનો મંભવ રહેતો નથી. જે પ્રકારે આપણે બહિર શુદ્ધિ માટે સ્નાન કરીએ છીએ એજ પ્રકારે શરીરની અંતર શુદ્ધિ માટે મંદોષ્ણ જલ (કોહરવરણા પાણી) થી ચાર આઠ દિવસને અંતરે અથવા એથી પણ થોડા વધારે દિવસને અંતરે અંતર ધોતી કરવી જોઈએ.

અંતર ધોતી દ્વારા રોગોનો ચિકિત્સા.

અંતર ધોતીની ક્રિયા દ્વાર મોટા દુસ્તર રોગો પણ દૂર થાય છે. ચિકિત્સાશાસ્ત્ર સિવાય રોગશાસ્ત્રમાં પણ આ વિષેનાં સંકેદો પ્રમાણ મળી આવે છે. વર્તમાન કાળમાં જે રોગો ઉપર અંતર ધોતીનો વિશેષ ફાયદો જોવામાં આવ્યો છે તેનું થોડું વર્ણન નીચે આપનામાં આવે છે.

ખંધકેશ-અથવા કેબે ખંધતા.—આ રોગમાં અંતર ધોતીથી તત્કાલ પ્રત્યક્ષ

ગુણ જણાય છે. કેટલાક વખત સુધી નિયમિત રૂપથી અંતર ધોતીનો અભ્યાસ રાખવાથી ઘણો જીનો બંધકારા પણ સદગ્રમાં દુર થાય છે. આગ્રહાય લોકો બંધકોશ દુર કરવાને માટે નાના પ્રકારની અત્યંત તીક્ષ્ણ અને વિપરુક્ત જુલાખની દનાઓનું સેવન કરે છે તેનાથી હાનિ તિવાય કંઈજ અસર થતી નથી એટલુંજ નહિ પણ જુલાખની ઝાપધીનું સેવન કરવાથી આંતરગ્રાનું જીવનબળ ધટી જાય છે જેથી બંધકોશ પ્રથમ કરતાં પણ વિશેષ ભયંકર રૂપ ધાળ્યુ કરે છે, અને તેની સાથે કેટલાક ભયંકર રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. પરંતુ અંતર ધોતીની શરીરને કોઈ પણ પ્રકારની હાનિ થતી નથી. અંતર ધોતીથી શરીરને સર્વ પ્રસારે કાયદોજ થાય છે. ઘણા લોકો એમ માને છે કે નિયમિત રૂપથી અંતર ધોતી કરવાથી ટેવ પડી જાય છે માટે જ્યારે અંતરધોતી ન કરવામાં આવે ત્યારે દસ્ત સાફ આવતો નથી ને પાછો બંધકોશ ચલા લાગે છે. પરંતુ આ તેમનું માનવું કેવળ ભૂલ ભરેલું છે. અંતર ધોતી કરવાથી યોગ્ય દિવસ પછી આપોઆપ નિયમિત રૂપથી દસ્ત સાફ આવવા લાગે છે. અંતર ધોતીમાં સાધારણ રીતે સાચુનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે, તેથી સદગ્રમાં સુકો મળ નરમ થઈ બહાર નિકળે છે. પરંતુ ઘણા વિક્ષાનો અંતર ધોતી કરવામાં સાચુની ખીલકુંલ બંધર નથી એમ કહે છે. અને એકલા મદોષ્યુ (કાકળવરણા) પાણીથી અંતરધોતી કરવાની બલામણુ કરે છે.

પેટની પીડા અને આમાશયના રોગ.—આ રોગમાં અંતર ધોતીનો ગુણ કંઈ કમી જણાતો નથી. પુરાણો મળ આંતરગ્રામાં ભેગો થઈ જ્યારે અત્યંત પીડા કરે છે અથવા બોજનના અર્જુથી ભયંકર વેદના ઉત્પન્ન થાય છે તે વખતે અંતર ધોતી મત્રોપધિની પેડે કાર્ય કરે છે. ઉક્ત પીડામાં સાધારણ રીતે સંધિવખારના લોશન અથવા બોરીક લોશનદ્વારા દરોજ એક એક વાર અથવા બે બે વાર અંતર ધોતી કરવાથી ઘણો ગુણ જણાય છે. આમાશયના રોગમાં વરીયાળી અથવા અજમાવાળા પાણીથી અથવા કળીનાઈન લોશનથી કરવાથી અધિક ફાયદો જણાય છે.

બહુમૂત્ર રોગ.—આ રોગમાં અંતર ધોતીથી આશ્ચર્યજનક ફાયદો જણાયો છે. જ્યારે પેશાબમાં રાઈસનો ભાગ કમી થઈ જાય છે, અને એકબ્ધુમેન પદાર્થ જણાવા લાગે છે તે વખતે મોડાના લોશનથી અંતર ધોતી કરવાથી ઘણો લાભ થાય છે. બહુમૂત્રરોગમાં કોડાની જડતા અધિક જણાય છે જેથી અંતર ધોતી એ એકજ કોષ્ટ કઠીન્યતા દુર કરવાનો કિન્નમ ઉત્તમ ઉપાય છે.

સોથ રોગ.—(સોજાનો રોગ)—આ રોગમાં અંતર ધોતી વિશેષ લાભદાયક છે. રૂધિરમાં મીઠાનો ભાગ ઘણો વધી જવાથી સોજા થઈ છે જેથી આ રોગમાં મીઠું ખાવાનું બંધ કરવનું પડે છે, અને સોથ રોગ દુર કરવાને માટે મૂત્રન અને પાતળી ભેદક ઝાપધિઓ આપવામાં આવે છે. આવા વખતે કેવળ શુદ્ધ મદોષ્યુ જળદ્વારા અંતર ધોતી કરવાથી અધિક લાભ થાય છે.

ચારા રોગ.—આ રોગમાં અંતર ધોતીથી ઘણાજ લાભ થાય છે. બોજનની અસ્વાગાદિ રીનથી પાચન થવામાં આંતરગ્રામાં જે વિપ ઉત્પન્ન થાય છે તે નિષ રૂધિરની સાથે મળીને આસ રોગને ઉત્પન્ન કરે છે. કેટલાક દિવસ સુધી નિયમિત રૂપથી અંતર ધોતી અને મિનાકાર કરવાથી બળંકર આમરોગથી રોગી મુક્ત થાય છે.

મન્ત્રિપાતજ્વર—આ રોગમાં જ્યારે રોગી ખેહોશ થાય છે, લવારો કરે છે, નાડી અત્યંત ક્ષીણ થઈ ઘણા વેગથી ચાલે છે, અને જીમ અત્યંત ઉષ્ણ થઈ જાય છે, તેવી વખતે અંતરધોતી દ્વારા જ્વર કમી થઈને ખેહોશી દુર થાય છે, અને નાડી બળવાન થાય છે. ૪ માસ સંધિવ ખારને પોણા શેર પાણીમાં ઝોગાળી તે પાણીના લોશનથી ઉપરતી અવસ્થામાં અંતરધોતી કરવી જોઈએ. જો રોગીને પાતળો અને દુર્ગંધયુક્ત દસ્ત થાય તો બોશિક લોશન અંતરધોતીમાં લેવું જોઈએ.

જીર્ણજ્વર અને ક્ષય રોગમાં—રોગીની પરિપાક શક્તિ અને પુષ્ટિની વૃદ્ધિ કરવી એ ચિકિત્સાનું પહેલું અંગ છે. જો કે રોગી યથેષ્ટ પ્રમાણથી ભોજનના પદાર્થ ખાઈ ઉત્તમ રીતે પાચન કરે અને તેથી શરીરની પુષ્ટિ કરવાને સમર્થ થાય તો આ સંધાના જીર્ણ (ચુનો) અને જટીલ રોગનો નાશ થાય છે. અંતરધોતી દ્વારા ક્ષુધા અને પરિપાક શક્તિની વૃદ્ધિ થાય છે એટલા માટે એ રોગમાં અંતરધોતી કરવાની અત્યંત આવશ્યકતા છે. એ રોગમાં કેવળ મદાણુજળ અથવા પૂર્વોક્ત દ્વારના પાણી સાથે અંતરધોતી કરવી જોઈએ.

કાલેરાના—રોગમાં પણ અંતરધોતીનું સાફ ફળ જોવામાં આવ્યું છે કાલેરાની પ્રથમ આવસ્થામાં રોગનું વિપક્ષી કરવા માટે ઘોટાસ પર મેંગનેટને પાણીમાં મેળવી તેના દ્વારા અંતરધોતી કરવી એ લાભદાયક છે. પાછળ જ્યારે પેગાળની આવશ્યકતા હોય ત્યારે પૂર્વોક્ત નીમકના પાણીથી અંતરધોતી કરવાથી જલદી પેશાબ થાય છે.

ગર્ભણીના વમન રોગમાં—અંતરધોતીનો પ્રયોગ અત્યંત લાભદાયક છે. ગર્ભાવસ્થામાં પહેલા ૩ થી ૪ માસ સુધી પ્રાયઃ ગર્ભવતી ત્તીઓને ઉલટી થવા કરે છે. કદી આ વમન અતિ બચાનક રૂપ ધારણ કરે છે તે એટલે સુધી કે રોગીના જીવન માટે પણ શંકા રહે છે. ગર્ભાવસ્થામાં શરીરમાંથી જ્યાં સુધી તમામ વિષ નથી નિકળી જતાં ત્યાં સુધી આ ઉપદ્રવ જોવામાં આવે છે. આવી અવસ્થામાં નિયમિત રૂપથી અંતરધોતી કરવાથી ગર્ભણીના શરીરમાં તમામ વિષ ધોવાઈને બહાર નિકળી જાય છે, અને વમન (ઉલટી) બંધ થઈ જાય છે. માટે આ પહેલી અવસ્થામાં આ રોગ માલુમ પડે છે ત્યારે જો ઉલટીનું જોર હોય તો દિવસમાં ત્રણ વખત અંતરધોતી કરવી જોઈએ.

લોશનમાં જો કે ઘોઘું પાણી આવે છે તો પણ તે પાણી ખરતીયંત્રમાં ભરેલા પાણીમાં મેળવવું જોઈએ, નહિ તો તેટલા પાણીથી અંતરધોતીનું કાર્ય સિદ્ધ થશે નહિ.

સ્વપ્ન દોષ.

(લેખક તંત્રી)

સ્વપ્નદોષ, વીર્યપાત, વીર્યસ્ત્રાવ અગર ધાતુસ્ત્રાવ—આ રોગ મંજી અને ધન્વન્તરિ મામિકના પહેલા બીજા વર્ષમાં વિસ્તારથી લેખ લખેલો છે. આ લેખ પ્રસિદ્ધ કર્યા પછી પણ અમારા ઉપર સખ્યાબંધ પત્રો લોકોના આવે છે. આ રોગના દરદીઓની સખ્યા દિન પર દિન વધતી જાય છે અને તે વંચાના કારણોમાં પહેલું કારણ દરનમૈયુતની ખુબી

ટેવથી એ રોગ ઉત્પન્ન થયાતું ધણા પત્રોમાં હોય છે, તે સિવાય બાળલગ્ન, અયોગ્ય વયમાં થતો સ્ત્રી મંમંથ, પ્રમેહાદિ રોગથી થએલો વીર્યનો નાશ, અત્યંત વિષય સેવન, અત્યંત ઉબડ પડવાનો સેવન વગેરે અનેક કારણો હોય છે. આવા પત્રો લખનાર રોગોથી પીડાતા દરદીઓ પોતાનું નામ પ્રસિદ્ધ કરવાને ના પાડે છે ને જવાબ માટે ટીકીટો મોકલે છે. આ રોગ સંબંધે તે દરેકના પત્રોમાં અનેક વૈધ ડોક્ટરોની અને ધરગુતી દવાઓ તથા માત્રાઓનું સેવન કર્યા છતાં અમને કંઈજ ફાયદો થયો નથી, સંતતિની આશાથી વિમુખ થયા છીએ વગેરે અનેક જાતની આછછ અને કાલાવાલા હોય છે. આવા રોગોની દયાજનક સ્થિતિ માટે લાગણી થયા વિના રહેતી નથી. કારણ “આત્મવત સર્વ ભૂતેષુ યઃ પશ્યતિ સપશ્યતિ” એ તત્વાનુમાર આપણને જો દરેક થયું હોય તો આપણે કેવા દુખી થઈએ છીએ અને રાત્રિ દિવસ કેની ચિંતા થયા કરે છે તેજ માફક તેમને પણ કેમ ન થયું હોય આવા વિચારથી તેમના દુખમાં દીલાસા માટે અને એ રોગથી મુક્ત થવા માટે અમારે દરેક પત્રનો જવાબ લખાણથી આપવો પડે છે, અને તેમાં અમારે અમારા અમૂલ્ય વખતનો ભોગ આપવો પડે છે. એથી આ સંબંધમાં ફરી પણ એક લેખ વિસ્તાર પૂર્વક લખવાના વિચારમાં અમે હતા દરમ્યાન વૈધ માસિકમાં આજ સળાધિનો એક લેખ પ્રસિદ્ધ થએલો અમારા વાંચવામાં આવ્યો અને તે લેખ ઉપયોગી લાગ્યાથી તેનો અનુવાદ અમે અત્રે કર્યો છે.

“સ્વપ્નમાં વીર્યપાત થાય છે તેને સ્વપ્નદોષ કહે છે. આ રોગ સાંપ્રત કાળમાં ભારતીય સંન્ય સમાજમાં એટલો બધો વ્યાપેલો છે કે પ્રત્યેક નવ યુવકના મુખમાંથી આ નામ સાંભળવામાં આવે છે. આ ધણેજ ખરાય રોગ છે એમાં જરા પણ સંદેહ નથી પરંતુ તેને સ્વાર્થ વૈદો, ડોક્ટરો, અને મોટી મોટી જાહેર ખબરો વાળાઓએ જેટલો ભયંકર બનાવી દીધો છે તેટલો તે ભયંકર નથી. આ કાંઈ પ્રાધાન્ય રોગ નથી. એક શુદ્ધ સંબંધી સાધારણ વિકાર છે. સાંપ્રત કાળમાં જે આ રોગની અનેક પ્રકારની પેટંટ દવાઓ પ્રચલિત થઈ રહી છે તે કેવળ એ રોગની વૃદ્ધિ કરનારી છે. એનું કારણ એજ છે કે હજારો પેટંટ દવાઓ પ્રચલિત થયા છતાં પણ સાંપ્રત કાળમાં આવાં રોગોની સંખ્યા દિન પર દિન વધતીજ જાય છે. સ્વપ્નદોષમાં કોઈ પણ જાતની અગર તીક્ષ્ણ અગર ઉગ્ર ગુણવાળી ઔષધિ લેવાની જરૂર નથી. કેવળ પથ્ય ઉપર નિર્ભર રહીને એકાદ સાધારણ ઔષધિ દ્વારા આ રોગ નિર્મૂળ કરી શકાય છે. બ્યારે આ રોગ અધિક વધી જાય છે; તે વખતે પણ તીક્ષ્ણ મા ઉગ્ર ઔષધિઓના સેવનથી કંઈ લાભ થતો નથી. રોગ અત્યંત વધી ગયો હોય તો પણ પથ્ય અને સાધારણ ઔષધોપચારથી સારો ફાયદો થતો જોવામાં આવ્યો છે* માટે સ્વપ્ન દોષમાં હમેશાં મામાન્ય રીતિથી ચિકિત્સા કરની જોઈએ.

સ્વપ્નદોષનું કારણ—સ્વપ્નદોષ અનેક કારણથી થાય છે. તેમાં મુખ્ય કારણ આ છે:—અત્યંત સ્ત્રીસંગ, અસ્વાભાવિક સ્ત્રીસંગ, હસ્તમૈથુનાદિ કારણથી વીર્યાશય ભ્રષ્ટ થઈને સ્વપ્નદોષ અથવા ધાતુસ્ત્રાવાદિક થવું એ સહજ છે. અત્યંત વિષયમાં પ્રવૃત્તિ, મનમાં વિષય સંબંધી વિચારો, વિષય સંબંધી વાતો સાંભળવી, કામશાસ્ત્ર અને શ્રંગારશાસ્ત્રનાં પુસ્તકોનું અવલોકન, શ્રંગારરસનાં નાટક તમાસા, વેસ્માનૃત્ય, અને ખીખત્સ ચિત્રો જોવાં,

* આ સંબંધે જટલર રોગોદારીયમના ગાલીક અને સુપ્રસિદ્ધ નેચરોપથી પત્રના સંપાદક યુરોફેના ડૉ. બેનેડીક્ટલસ્ટે યુવાનોના મંદગમાં આપેલું અસરકારક ભાષણ અમે ધન્યવત્તિ માનસિકના પુસ્તક ૨ ના ચક્ર ૪ માં પ્રસિદ્ધ કર્યું છે.

અને ખરાબ સ્ત્રીઓની સંગતિ-આ સધળાં કારણથી પણ અસ્વાભાવિકરીતે ઇન્દ્રિય નબળું થઈને સ્વપ્નમાં વિર્યપાત થવાનો સંભવ રહે છે. ધણી વખત સુધી બ્રહ્મચર્ય ધારણ કરવાથી પણ વીર્યમાં એક પ્રકારની ઉષ્ણતા કે તરલતા ઉત્પન્ન થઈ સ્વપ્ન દોષ થાય છે. ઉત્તેજક અને ગાદક પદાર્થોનું અધિક સેવન પણ સાપ્રતકાળમાં સ્વપ્નદોષનું પ્રધાન કારણ છે. શરાબ (દારૂ) ચા, કોફી, તમાકુ, સિગારેટ, ખીડી ઇત્યાદિ વિષ અનાવશ્યક અને આ દેશના રહેનારની પ્રકૃતિથી વિરૂદ્ધ તેવા પદાર્થોને સાંપ્રતકાળમાં સર્વથા ધણે ભાગે ઉપયોગ થવા લાગ્યો છે. આ કારણથી આજકાલ ભારતવાસીઓમાં આ રોગનું પ્રચલન નેવામાં આવે છે. આવા પદાર્થોના ઉપયોગથી અસ્વાભાવિક રીતે ઉત્તેજન થાય છે. આ કારણથી વીર્ય ચંચળ થઈને ધાતુ સ્નાયુ, સ્વપ્નદોષ આદિનું થવું એ સહ્યજ છે. આજ પ્રકારે ગરમ મશાલા, લાલ મરચાં, લમણુ, હુગળી, અથાણું, ચટણી, ઇત્યાદિ તીક્ષ્ણ પદાર્થોના અધિક સેવનથી પણ ધાતુસ્રાવ, સ્વપ્ન દોષ આદિ રોગનું કારણ ઉત્પન્ન છે.

ગરમિએ અધિક ભારે અને પૌષ્ટિક (હલવો, પાક, લાડુ, પકવાન ઇત્યાદિ) પદાર્થો તથા ગરમ દુધ આદિ પાતળા પદાર્થોના અધિક સેવનથી પણ દુર્બળ ઇન્દ્રિય અને ધાતુ ક્ષીણતા વાળા મનુષ્યને વીર્યપાત થવાનો સંભવ છે. આજ પ્રમાણે બહુ ગરમ (ઉંડું) ભોજન કરવાથી પણ વીર્ય ચંચળ થઈ સ્વપ્નમાં સ્નાયુ થવા સંભવ છે.

અધિક માનસિક પરિશ્રમ યા શારીરિક પરિશ્રમનો સર્વથા ત્યાગ, અધિક વિલાસ, કોમળ શય્યા ઉપર શયન (નરમ પથારીપર સુવું) આદિ વિષય પણ સ્વપ્ન દોષનું મુખ્ય કારણ છે.

બંધકોશ, પ્રમેહ, પિતાધિક્ય, આદિ રોગો ઉત્પન્ન થયા હોય તો સ્વપ્ન દોષની ખીણ અધિક દેખાય છે.

સ્વપ્નદોષના ઉપાય:—જે કારણથી સ્વપ્નદોષ ઉત્પન્ન થયો હોય તે કારણોનો પહેલોજ ત્યાગ કરવો જોઈએ. અત્યંત કામવૃત્તિ ઉપર અંકુશ રાખવું, અને સ્વાભાવિક નિયમોનું પાલન કરવું જોઈએ. સાદું ભોજન, નિયમિત વ્યાયામ, સ્વચ્છ હવામાં ફરવું, શીતાદ્રવ્યો સ્નાન, સ્વચ્છથતું અવલોકન, સતસંગ, આદિ ઉપાય અત્યંત કામપ્રવૃત્તિનું શમેન કરે છે. અસ્વાભાવિક રીતે કામપ્રવૃત્તિને નબળું કરવાનાં સર્વ પ્રકારનાં ભોજન, પેય પદાર્થો અને તેવાજ ખીળ વિષયનો ત્યાગ કરવો જોઈએ. અત્યંત અને અસ્વાભાવિક રીતે વીર્યનો ક્ષય થવાથી નાન-તાંતુઓ અત્યંત દુર્બળ થઈ જાય છે અને સહેજ કારણો મળતાં કામપ્રવૃત્તિ થવાથી સ્વપ્ન દોષ થાય છે. મોટે જો બાળકોથી મનમાં ચંચળતા ઉત્પન્ન થાય તે બાળકની વિશેષ સંભાળ ગળવાની જરૂર છે. બ્રહ્મચર્યના નિયમોનું વિશેષ કરી પાલન કરવું જોઈએ. મનમાંની ખગળ ચિંતાઓને દુર કરી આરા વિચારોમાં મનને રોકવું જોઈએ. માનસિક બળની વૃદ્ધિ થવાથી સ્વપ્નરોગ આપોઆપ બંધ થઈ જાય છે.

રાત્રિએ ભોજન કરવાથી, ભારે પૌષ્ટિક અને પાતળા પદાર્થો અધિક પીવાથી, વિશેષ કરી ગરમ દુધ પીવાથી જેને સ્વપ્નરોગ થાય છે તેમણે સધ્યાકાળ પહેલાં ૪-૫ વાગતાં સુધીમાં દિવસે ભોજન કરી લેવું. રાત્રિનું ભોજન અધિક આત્મિક અને જલદી પચી જાય તેવું હોવું જોઈએ. શયન કરતાં પહેલાં બે કલાક આગમય ચા, કોફી, ગરમ દુધ આદિ કોઈ પદાર્થ ન પીવો જોઈએ, કિંવા શયન કરતાં પહેલાં ચોક્કસ કંઈ પણ અવસ્થ પીવું જોઈએ.

કારણ તેનાથી વિશેષ લાભ થાય છે. દુધ પીવાની ટેવ હોય તો ઉના દુધને ઠંડું કરી રાત્રિના પહેલા પહેરમાં પીવું જોઈએ. જો તેવું દુધ અતુલ્ય ન પડે તો ખીલકુલ પીવું નહિ. શયન કરવા પહેલાં મળમૂતનો ત્યાગ કરવો, હાથ, પગ, અને મુખને ઠંડા પાણીથી સારી વેંઢે ધોઈને પછી શયન કરવું.

ગ્રીષ્મઋતુમાં (ઉનાળામાં) શયન કરતા પહેલાં શીતળ જળથી સ્નાન કરી શયન કરવું જોઈએ. જો સ્નાન કરવાને અતુલ્યતા ન હોય તો બીના દુવાલથી શરીરને સાફ કરી પછી શયન કરવું. ગરમી કરોડ ઉપર શીતળ જળની ધાગ કરવાથી ઘણો ફાયદો થાય છે. ઘણા નરમ ખીજાના ઉપર શયન કરવું નહિ; કારણ બહુ નરમ ખીજાના ઉપર શયન કરવાથી મેરુદંડ (Spine)માં અધિક રુધિરસંચાલન થવાથી કામપ્રવૃત્તિ ઉત્તેજિત થઈ નિદ્રાવસ્થામાં સહજમાં વીર્યપાત થાય છે, માટે શયન કરવાનું ખીજાનું સાડું અને કઠણ હોવું જોઈએ. પાછલી રાત્રે મૂત્રાશય મૂત્રથી પરિપૂર્ણ થઈ જવાના કારણથી ઘણું કરી સ્વપ્નદોષ થાય છે. પાછલી રાત્રે ગાંઠ નિદ્રા ન આવવાથી દુર્બળ મનુષ્યના મનમાં કામવાસનાને જાગ્રત કરવાવાળી ખરાબ ચિંતાઓ સહજ રીતે થવા કરે છે. આ કારણથી રાત્રિમાં પેશાબની હાજત થએથી તત્કાળ ઉઠીને મૂત્ર ત્યાગ કરીને પછી શયન કરવું. ઉપર બતાવેલા સ્વપ્નદોષ નિવારણ કરવાના ઉત્તમ ઉપાય છે. ઘણા-લોક સ્વપ્નદોષ નિવારણ કરવા માટે રાત્રિએ સખ્ત લંગોટ રાખી શયન કરવાની ભલામણ કરે છે, પરંતુ અમારા વિચાર પ્રમાણે આ ઉપાય ખરાબ નથી. આવો લંગોટ રાખવાથી ધન્દ્રિય ઉપર વજનું દબાણ થવાથી સ્વપ્નદોષ વધારે થવાનો સંભવ રહે છે.

અત્યંત માનસિક પરિશ્રમ કરવાથી, અથવા અભ્યાસ કરવાથી, કોઈ કોઈ વખતે નિદ્રાનો તારા થઈ સ્વપ્નદોષ થઈ જાય છે. આવી અવસ્થામાં મનને વિશ્રામ આપવાવાળા એટલે નિદ્રા લાવવાવાળા ઉપાય કરવા જોઈએ. મોટી ઉમર થતાં સુધી પિવાહ ન થવાથી, અથવા ઘણા વખત સુધી બ્રહ્મચર્યને ધારણ કરવાથી જ સ્વપ્નદોષ થાય છે તેમાં વિશેષ કરી મનને શાંત કરવાવાળા, અને કામપ્રવૃત્તિને દમન કરવાવાળા ઉપાય અવલંબન કરવા જોઈએ. મનને ઉત્તર વિષયમાં રોકવું જોઈએ. સ્વચ્છ હવામાં ફરવું, પ્રાણુયામ, કસરત, પૃષ્ઠ ભાગ ઉપર શીતોદકની ધારા, શીતળ જળમાં ધન્દ્રિય અને અંડકોષના ભાગને થોડો વખત રાખવાથી અમૃત્ય ફાયદો થાય છે.

ખંવડોશ, અજીર્ણ, પ્રમેહ, આદિ રોગોના કારણથી જ સ્વપ્નદોષ થાય છે તે તે રોગોની ચિકિત્સા કરવાથી દૂર થાય છે.

સ્વપ્નદોષ ઉપરની થોડી અનુભવી ઐપધિઓ નીચે પ્રમાણે છે:—

૧. મુસળી વીર્યના વિકારોની પ્રસિદ્ધ અને નિર્દોષ ઐપધિ છે. વિશેષ કરી ધાતુ દોર્બલ્ય-જનિત સ્વપ્નદોષમાં મુસળીનો સારો ઉપયોગ થાય છે. દરરોજ ૪ માસા (બાર માસોનો તોલો થાય છે) એક તોલા આંગળાં કે અનારના સરખતમાં મેળવી સેવન કરવાથી સ્વપ્નદોષની ખાધા દૂર થાય છે.

૨. શીમળકંદ (શીમળાનાં ફુલોં મૂળ) ની પ્રસિદ્ધિ પણ આ રોગમાં કમી નથી. શીમળાના મૂળના શુભોની પ્રશસ્તિ વૈદ્યકમાં ઘણી વાર પ્રસિદ્ધ થઈ ચુકી છે. મુસળી અને શીમળકંદ એ જો સમભાગ લઈને બારીક ખાંડી વચ્ચાગા કરીને તેના વજનથી અરધી

સાકર મેળવી રાખવી તેમાંથી દરરોજ સવારે અને સાંજે ત્રણ ત્રણ માસાની માત્રા શીતળ જળ કિંવા ગાયના દુધ સાથે સેવન કરવાથી ધીતુક્ષીણતા જનિત સ્વપ્નદોષની પીડા શાન્ત થાય છે.

૩. સાલમગ્નિશ્રી, તાલીમખાના (એથરો), ખીજબંધ, ગોખર, સર્વ સમભાગ લાઇને ખારીક ચૂર્ણ કરી ચાર માસા સવારે અને ચાર માસા સાંજે સંધ્યાકાળે શીતળ જળ કે દુધની સાથે સેવન કરવાથી અત્યંત પાતળું વીર્ય ઘટ યદ્ય સ્વપ્નદોષ ધાતુભ્રાવ આદિ રોગ દુર થાય છે.

૪. શીમળકંદનો અથવા શતાવરીનો તાજો રસ કાઢીને તેમાં થોડી ખાંડ નાંખીને સંધ્યાકાળે પીવાથી સ્વપ્નદોષની પીડા દુર થાય છે.

૫. બાવળનાં થોડાં કોમળ પાંદડાંને પ્રાતઃકાળમાં ચાવી જવાથી અથવા બાવળનાં કોમળ પાંદડાં અને બાવળની શીંગે (પરકા)ને છાયામાં સૂકવીને તેનું ચૂર્ણ કે અવલેહ કરી ટોઢા પાણી સાથે સેવન કરવાથી સ્વપ્નદોષ દુર થાય છે. બાવળખાના ચુદરને ઠંડા પાણીમાં પલાળી થોડી સાકર નાંખી સંધ્યાકાળે પીવાથી સ્વપ્નદોષની પીડા મટે છે.

૬. રોગી મસ્તકી, ગજો સત્વ, કમળકાકડીની મીજ, સરેદ ચંદન, સુકાં આમળાં એ સર્વ સમભાગ લેઈ તેને ખાંડી ખારીક વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરવું તેમાંથી ત્રણ ત્રણ માસા એક તોલા આંખખાના સરખતમાં અને તેના અભાવે અનારના સરખતમાં મેળવી સેવન કરવાથી વીર્યનું અસ્વાભાવિક ઉત્તેજન કમી થઈ સ્વપ્નદોષ દુર થાય છે.

૭. વીર્યમાં પિત્તની અધિકતાથી, અથવા વધારે ગરમી પહોંચવાથી જે સ્વપ્નદોષ થાય છે તેમાં આમળાં, સરેદ ચંદન, ધાણુ અને ગજો શીતળ જળમાં પલાળી રાખી પછી તે પાણીને ઉપરથી નીતારી લઈ પીવાથી વધારે લાભ થાય છે.

૮. ઉત્તમ છૂંદ, બેદાંણા, તુષ્પમવાલંગા, પ્રત્યેક ઓષધિ બે બે માસા લાઇને ૭ ટાંક શીતળ જળમાં પાચ સાત મિનિટ પલાળી રાખી તે જળને ગળી લઈ તેમાં થોડી સાકર નાંખી પીવાથી માનસિક ઉત્તેજના અને વીર્યની ઉચ્છ્વતા દુર થઈ સ્વપ્નદોષ મટી જાય છે, અને વીર્યવૃદ્ધિ થાય છે.

૯. અક્ષયર્ચ જનિત સ્વપ્નદોષમાં લજ્યાવતીનાં ફુલ, મેદીનાં ફુલ તેના અભાવે મેદીનાં પાન, ગળજીનીનાં ફુલ, કુસુમિનીનાં ફુલ (પોયણાં) ધાણુ, એ સર્વ સમભાગ લાઇને તેને શીતળ જળમાં પલાળી રાખી પાણી ગાળી લઈ સાકર મેળવીને અથવા તેનું સરખન બનાવીને તેનું પાન (પીવા) કરવાથી વિશેષ લાભ થાય છે. ચિત્ત અત્યંત વ્યગ્ર થવા ઉપર થોડાક તીરાચુંદર (શિશુ ચુંદર)ને પાણીમાં પલાળી સાકર મેળવી પીવાથી તરત શાંતિ જણાય છે. પણ એ ચુંદરનો થોડો ઉપયોગ કરવો બેધએ કારણ તે અત્યંત ઠંડો છે.

૧૦. ઉત્તમ હરોદળ ૧ ભાગ, ખંડુકાકળની છાલ ૨ ભાગ, સુકાં આમળાં ૪ ભાગ લાઇને મરવેને એકત્ર કરીને ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી રાખવું, એમાંથી દરરોજ ૬ માસા સવારે ને ૬ માસા સાંજે સંધ્યાકાળે શીતળ જળમાં ૩-૪ કલાક પહેલાં પલાળી રાખી પછી તે જળને ગાળી લઈ તેમાં થોડી સાકર મેળવી પીવાથી અથવા ઉપર જતાવેલા કમળ

ત્રિહાને લાઇને તેનું ચૂર્ણ કરીને તેમાં થોડી સાકર અને જરા સીધાખાસનું ચૂર્ણ મેળવીને દ્વિસમા ભે વખત સેવન કરવાથી બંધકોશ દુર થઇ સ્વપ્નદોષ મટે છે.

૧૧. વીર્યનો અત્યંત ક્ષય થવાથી ન્યારે સ્વપ્નદોષ અત્યંત ઉચ્ચ રૂપ ધારણ કરે છે તે વખત શિલાજીત, બંગમરમ, આદિ ઔષધિઓનું સેવન કરવાથી વિશેષ લાભ થાય છે. કિત્તમ શિલાજીત ૩ મામા, બંગમરમ ૨ માસા, બીમસેની કપુર ૧ રતી, મુસળીનું ચૂર્ણ ૧ તોલ્લો સર્વને એકત્ર કરી બારીક ચૂર્ણ કરી ધ્યાવળીઆના ગુદરના પાણી સાથે ઘુટી ચાર ચાર રતીની ગોળીઓ કરવી. દરરોજ ૧ ગોળી સવારે અને એક ગોળી સંજે સધ્યાકાળે ગાયના તાજા ઠંડા દુધ સાથે અથવા ત્રિફળાના પાણી સાથે સેવન કરવી. આ ગોળી સ્વપ્નદોષ, ધાતુની નિર્મળતા અને પ્રમેહ ઇત્યાદિ મેંકડો રોગોને મટાડે છે.

રિપરીચ્યુએલીઝમ અને મંત્રશાસ્ત્ર.

(લેખક તંત્રી.)

(ગતાક્રના પૃષ્ઠ ૭૧ નું અનુસંધાન.)

પુરાતનકાળમાં રાજાઓની પણ મંત્રશાસ્ત્ર ઉપર અતિશય શ્રદ્ધા હતી. પોતાના ઉપર કંઈ આશંકા આવતી કે પોતાને અગર પોતાના કુટુંબના માણસોને જારિ માંદગી આવતી તે વખતે સારા વિદ્વાન મંત્રશાસ્ત્રીઓને જોડાવી અનુષ્ઠાનો કરાવતા અને તેઓ તેની આશંકા કે માંદગીમાંથી મુક્ત થતા. આવા સંખ્યાબંધ દાખવાઓ આપણને મળી શકશે. સાંપ્રતકાળમાં તેના શુદ્ધાચરણી, શ્રદ્ધાવાન અને ઉપાસના કરવાવાળા પવિત્ર મનુષ્યો જવલેજ મળી શકે છે. અને તેના મળે તો પણ આવા અનુષ્ઠાન કે પ્રયોગ કરાવનારની તેમના ઉપર શ્રદ્ધા કે વિશ્વાસ હોતો નથી. હાલમાં મંત્રશાસ્ત્ર યાત્રુ જાના પ્રમાણે સુધરેલી દમ ઉપર આવું કે મેસમેન્ટ્રિઝમના અથવા હિપ્નોટિઝમના પ્રયોગ કરનાર વિધાયક, અસુક શખ્તો જોડે છે તેની અમર વિધેય ઉપર થાય છે. દાખવા તરીકે પ્રયોગ કરનાર વિધેયને કહે છે કે—

“ તને શાત નિદ્રા આવે. હું જ્યાં સુધી જગાડીશ નહિ ત્યાં સુધી તને ગાઢ નિદ્રા આવશે. તારો પગ લોદા જેવો કઠણ થઈ જાય. બેસવાનું કહેતા તું બેસી શકીશ નહિ.”

ઈત્યાદિ શબ્દોની અસર વિધેય ઉપર તુરત થાય છે. આપણા પુરાતન મંત્રોમાં માણસના શરીરના વ્યાધિ દુર દરના માટે ઉચ્ચૃણી (માણસને બેસારીને કે સુવારીને અસુક મંત્રો બંધી મંત્ર બંધનાર પોતાના હાથમાં લટકતું કપડું રાખી દરદીના માથાથી તે પગ સુધી લઈ મંત્ર ખંખેરી નાખે તેને ઉચ્ચૃણી કહે છે.) નાંખે છે અથવા તે શરીરના રોગી ભાગ ઉપર બંને હાથ પાગ દરેની ઉપરના ભાગથી નીચેના ભાગ સુધી ફેરવે છે મેસમેરિઝમ કે હિપ્નો-ટીઝમદ્વારા શરીર ઉપર “પાસીસ” કરવામાં આવે છે. તે જમીન ઉપર ફેંકવામાં આવે છે. મતલબ બંને રીતોમાં એકજ હેતુ સમાયેલો છે. મંત્રમાં અને હિપ્નોટીઝમ, કિંવા મેસમેરિઝ-મમાં વિધાયક કે મંત્ર બંધનારના દ્રઢ સંકલ્પની જરૂર રહેલી છે. આગળના વખતમાં તે દરબનાસકિની બહારના ચમત્કારો મંત્ર પ્રયોગથી થતા હતા તોના દાખલાઓ મળી આવે

છે. મુસલમાની રાજ્યોમાં પણ ભારતીય મંત્રથી આવા દાખલા બન્યાનું દ્રષ્ટિગોચર થાય છે. પુરાતનકાળમાં ગૌડ ગંગાળ આ વિદ્યામાં આગળ પડતું હતું. ભારતીય મંત્રશાસ્ત્ર સંબંધીના ચમત્કારનો એક લેખ સંકલ્પ માસિકમાં પ્રસિદ્ધ થયો છે તેમાં નીચે બતાવેલા ચમત્કારનું વર્ણન છે - “ મોગલ લોકોને પણ હિંદી ચમત્કાર નોંધ આશ્ચર્ય થતું હતું. જહાંગીર બાદશાહ એ એક સ્વધર્મનિષ્ઠ મુસલમાન બાદશાહ હતા છતાં તે હિંદુના મંત્રશાસ્ત્ર સંબંધી સ્તુતિ શા માટે કરે ? પણ આ જહાંગીર બાદશાહે લખેલા પોતાના જીવનચરિત્રનું બાષાંતર કેટલાક વર્ષ પૂર્વે મૅન્ચર પ્રાંતમાં સરકારના હુકમથી કર્યું છે તેમાં મંત્રશાસ્ત્ર સંબંધીનું વિવેચન તેમના જ શબ્દોમાં રૂપાંતર કરેલું છે.

ગંગાળામાં તે વખતે જહુ, મંત્રવિદ્યા, વગેરેમાં પ્રવીણતા બતાવનારા ધણા લોકો હતા તેમણે કરેલી ચિત્તહારક વાતો કહેવાને મને અભિમાન થાય છે. એક તહેવારના દિવસે બરેલા દરબારમાં સાત માણસો મારા રૂબરૂ હાજર થયા. તેમણે જાતીએ હાથ સુકી કહ્યું કે મનુષ્ય બુદ્ધિને અગમ્ય લાગે એવા સુંદર ચમત્કાર અમે કરી બતાવીએ છીએ. જે સમયમાં અમે રહીએ છીએ તે સમયમાં તો એ ચમત્કાર પ્રત્યક્ષ જોયા સિવાય કોઈ ખરા માનેજ નહિ એટલા બધા તે આશ્ચર્યકારક હતા.

ચમત્કાર ૧ લો.

તે સાત જણમાંથી એક જણાએ ઉઠી સલામ કરીને કહ્યું કે આપને ચોગ્ય લાગે તે ઝાડનું નામ લો. અમે તેના બીજને હમણાં જ જમીનમાં વાલીને તે ઝાડનાં ફળ તૈયાર કરી તમને આપીએ. તે વખતે હાજર હતા તે અમીર ઉમરાવ પૈકી આનેજહાન નામના ઉમરાવે મારી આમથી કહ્યું કે શેતુરનું ઝાડ વાલો. એટલું કહેતામાં સાતે જણા એકઠમ ઉઠ્યા અને યુધેથી મંત્ર બોલવા લાગ્યા. અને દસ ટેકાણે તેમણે જમીન ઉપર કંઈ દાણા નાંખ્યા. અને તે દસે ટેકાણે જમીનમાંથી પા ધડીમાં શેતુરનાં ઝાડ ઝપાટામાં ઉગી નીકળ્યાં અને તે ઝાડને ફળ પણ આવ્યાં. તે ઉમરાવોએ તથા છેવટ મેં તે આખી જોયાં તો તે ધણાં જ સ્વાદિષ્ટ હતાં. પછી મેં પોતે સફરચન, અનેનાસ, બદામ, અકોડ, અંજીર, આંબા એ જાડોને ઉગાડવા ફરમાવ્યું. તેમણે તાળડતોળ મંત્ર બંધુવાની શરૂવાત કરી. તુરંતજ આંગણનાં ઝાડ ઉપર એક સુંદર કેરી, બદામના ઝાડ ઉપર કંઈ નાનાં મોટાં સ્વાદિષ્ટ એંજીર અને બીજા ઝાડો ઉપર તેજ જાતના ફળ આવેલાં અમારી દ્રષ્ટિએ પડ્યા. અને મહેં હુકમ કર્યા બરાબર તે મારી પાસે લઇ આવ્યો. તત્કાલે તે ચીંચી અને અમને ખાવાને આપ્યાં. તે અત્યંત રસિકર, અને મધુર હતાં. આ વખતે મારા સર્વ સરદાર અને ઉમરાવ એ જહુગરોની સ્તુતિ કરવા લાગ્યા. એટલામાં તે ફળ આવેલા ઝાડોની ડાળીયો ઉપર જાત જાતનાં સુંદર પક્ષીઓ કીલ કીલ કરતાં મેં જોયાં. તે એકએકથી બોલતાં હતા અને એક ડાળેથી ઉડી બીજી ડાળે બેસતાં હતાં છેવટ પ્રયોગ સમાપ્ત કરવાની પરવાનગી મળતાંજ વક્ત રૂપ પૂર્વે જેમ વક્ષનાં પાંદડાં ખરી પડે છે તેવી અહિં પણ સ્થિતિ થઇ એકેકજણમાં તે ઝાડો જમીનમાં ઉતરી જતાં મેં જોયાં. ખરેખર આ સર્વ હકીકત મેં નજરે નજર જોઇ ન હોત ને આ હકીકત નજરે જોએલી મને કોઇએ કહી હોત તો હું એ હકીકત કહી પણ સાચી માનેત નહિ.

ચમત્કાર બીજો.

આ પ્રયોગ વદ પક્ષની આક્રમના દિવસે કરવામાં આવ્યો હતો. અમે ગજવાડાની

મગ્ની ઉપર હતા. તે સાત જાડુગર પૈકી એક જાડુ લગોટી વાળી અમારી સમક્ષ ઉભો રહ્યો. પછી તેણે એક સ્વચ્છ આદર શરીર ઉપર ઓઢી લીધી અને મુખથી કંઈ ઉચ્ચાર કરવા લાગ્યો. પછી તે આદરમાંથી તેણે અગ્નિ કાઢ્યો. આ અગ્નિની જોત સીધી આકાશ તરફ ચાલી. તે જોતનો પ્રકાશ ખરોખર દિવ્ય હતો. તેના તેજથી અમારાં તેજ અંગ્રાંધ ગયાં. આ પ્રકાશ એટલો દુર દેખાતો હતો કે દીલ્લીથી દસ દિવસ મુસાફરી કરતાં થાય એટલે દુર ગ. એલા મુસાફરને તે રાત્રિએ પ્રકાશ જાણ્યો હતો એમ અમને પાછળથી ખબર પડી હતી. ઉન્ડાળામાં સર્વપ્રકાશનાં કિરણો કરતાં પણ તેનાં કિરણોનો તાપ ભયંકર હતો.

ચમત્કાર ૩ નો.

તે સાત જાડુ એકમેકને અડીને ઉભા રહ્યા અને આરોહણ ક્રિયા અવરોહણના ક્રમથી હોડ ક્રિયા જીમ હલાવ્યા સિવાય તેમણે એક મધૂર ગાયન ગાયું. એ સાત જાડુ હતા. ખાસ તેમનો સ્વર અનાજ, અરખસિત શાષ્ટોચ્ચાર, અને તેમનો સ્વર અમને સ્વર સંભળાતો હતો; પરંતુ તેમના હોડ કે જીમ બીલકુલ હાલતી નહોતી.

ચમત્કાર ૪ થો.

તેમણે ૧૦૦ ચંદ્રજ્યોત્સના મંગાવી અને તેને સો કદમ ઉપર મુકાવી. પછી તેમણે કહ્યું કે આ પૈકી કદ ચંદ્રજ્યોત્સના ત્યાંથી ન હાલતાં અગર અગ્નિ ન અરોડતાં સળગાવું. અમે કહ્યા પ્રમાણે તે લોકોએ ઉભા ગ્રહી જાગ્યેથી મળગાવી. મંગાવ્યારથી અગ્નિ સળગે છે તેવું અમને હજુ સુધી પણ આશ્ચર્ય લાગે છે.

આ પ્રમાણે બીજા પણ પુષ્કળ ચમત્કાર કર્યા હતા તે ઉપરથી હિંદી મનશાસ્ત્ર ખરું છે એવી આમાળવદ્ધ સર્વેની ખાતરી થઈ હતી. મે હમણાં જ મનશાસ્ત્રી રોગ નિવારણ કરવા ગાટે “ધર્મિરી હકીમ” તરીકે રાખેલા છે. (સહી જહાંગીર આદશાહ).

મધુપાનથી થતું નુકશાન.

(લેખક:—મંગળ. ગોડલ.)

Nature is superior to art.

પણજોનું માનવું છે કે—દાર્થી વિચારશક્તિ ખીલે છે તેથી તેઓ એકાદ વ્યાસ પીને નિચાર કરવા બેસે છે અને એમ ધારે છે કે તેથી વિચારશક્તિની ખીલવણી થશે અને સારાં નીચેવ ગ્સમર્થા લખાશે. કે ઉત્તમ મુત્સહો લખાશે, વાંતો કાવ્ય બનાવી રાકાશે પણ તે કેવળ બુલ છે. દરેકે વાદ રાખવું જોઈએ કે દાર્થી યોગ્ય વખત સુધીજ માનસિક શક્તિ જાગત રહે છે. હેરકે તો ગ્રન્થ જણાય છે. તે લાંબો વખત ટકવાને બદલે ટૂંક સમયમાં ફીણ થઈ જાય છે. તેના પુરાવા બાયગન, બર્ન્સ, મોઝાર્ટ અને કોટસપી મળે છે. ઉલટા ડૉ. જોન્સન, હેલર, ડેમોસ્થનીસ, વોલટર, ન્યુટન જોજોનું બ્યસન કાશી ને બીડીનું હવું તેજે મિતાકારી દેવાથી તેમની વિચારશક્તિ હેનઠ સુધી ટપી રહી હતી.

દારૂથી ઠંડી (cold) સહન કરી શકાય છે એ યંકા ભરેલી વાત છે. દારૂને બદલે તો તેલ, ધી, દૂધ વગેરે શરીરને નુકશાન કર્યાં સિવાય ઉષ્ણતા કાયમ ગમે છે. Nitrogen and starch produce natural heat.

ડૉ. હડલેડ કહે છે કે—તમને ભૂખ ન લાગતી હોય, તાકાત ન હોય તો સ્વચ્છ હવામાં ફરવાનો આવરો રાખો. તરસ બહુ લાગતી હોય તો સ્વચ્છ પાણી પીઓ. પશુ દારૂ રૂપી ઝેરી ગ્લાસ મોં આગળજ ન લાવો. વધુ હવે પછી જો અસર થશે તો લખીશ.

આર્યાવર્ત અને અમેરિકા ખંડનાં બાળકોમાં શેલ તફાવત છે ?

(લેખક તંત્રી.)

આપણા દેશમાં બાળક જન્મે છે ત્યારથી તે તેના મરણ સુધી તેને સ્વતંત્રતા થું છે તે સંબંધે જરા પણ શિક્ષણ આપવામાં આવતું નથી. હિન્દુ કુટુંબ અવિભક્ત છે એમ કાયદાનું પ્રથમ દર્શનીય અનુમાન છે—કુટુંબ વિભક્ત છે એવું કહેનારના માથે પુરાવાનો બોલો કાયદાએ રાખ્યો છે. આજ સુધી ચાલતા આવેલા રિવાજો જોતાં માબાપ દિકરા, દિકરાના દિકરા, બાઇઓ વગેરેનું 'મેગ' કુટુંબ ધણી સ્થળે જોવામાં આવે છે. બ્યારે એક જ કુટુંબ હોય ત્યારે તે કુટુંબનો કોઇ પણ પુરુષ કંઇ પણ કામ પોતાની સ્વતંત્રતાથી કરી શકતો નથી. દારણુ તેવું કામ કરવાને તેને કુટુંબના વૃદ્ધ પુરુષોની સંમતિની જરૂર હોય છે.

અવિભક્ત કુટુંબના માણસને પોતાનાં પત્ની કે પુત્રો માટે પોતાને યોગ્ય લાગે તે ખર્ચ કરવાને ઘણા પ્રકારની અડચણો આવે છે. જે કે અવિભક્ત કુટુંબ રહેવાથી કેટલાક ફાયદા પણ છે. પરંતુ ફાયદા કરતાં નુકશાન વધારે છે. દારણુ તેવા કુટુંબનાં બાળકો નાન-પણથીજ પરતંત્ર અને પરાધીન થઇ જાય છે.

આ સ્થિતિનાં અન્ય પણ પક્ષો તરફ દ્રષ્ટિ કરો. ચકલાં, પોંપટ, મેનાં, જેવાં નાનાં પક્ષીઓ અને બીજાં પ્રાણીઓ પણ જ્યાં સુધી પોતે ખાતાં, કે ચાલતાં, કે ઉડતાં સિખ્યાં ન હોય ત્યાં સુધીજ માબાપની પાસે રહે છે. દાખલા તરીકે ચકલીનાં બચ્ચાં માળામાં રહે છે તેને ચકલાં ઘણા વીણી લાવી તેની ચાંચમાં ધાવે છે ને તે બચ્ચાં ખાય છે દારણુ તેની પાંખો તે વખતે ઉડવા જેવી હોતી નથી. પાંખો આવ્યા પછી પોતે પોતાની મેજે ઉડીને જાય છે અને ચારો ચરી આવે છે. તેજ પ્રમાણે અન્ય પ્રાણીઓ પણ ખાતાં ફરતાં સિખ્યા પછી માબાપથી છુટાં થઇ પોતાનો નિર્વાહ કરે છે. છતાં મનુષ્ય જાત કે જે સર્વ પ્રાણીઓમાં શ્રેષ્ઠ છે તેમનાં બાળકો જીવન પર્યંત પગધિન રહે એ કેટલી દીલગીરી ભરેલી વાત છે ? ! બાળક જન્મે છે ત્યારથી આપણા દેશમાં તેને પરાધીન રાખવામાં આવે છે. બાળપણમાં બાળક કંઈ વસ્તુ ઉપાડવા જાય તો કહે છે કે “બાઇ એ વસ્તુ ઉપાડીશ નહિ; પગ ઉપર પડશે. તારાથી ઉચકાશે નહિ તને વાગશે.” ખુલ્લી હવામાં રમવા આંગણમાં જાય તો તને તડકો લાગશે, તાવ આવશે, પવન લાગી સરદી ચરો, ઇત્યાદિ ભય માબાપ બતાવે છે. કે

રતના નિયમાનુસાર બાળક ઉધાડે શરીરે ફરવા ઇચ્છા કરે તો તેને ચરદાનો બચ બતાવે છે. વરસાદના પાણીમાં રમવા બચ કે વરસાદમાં ફરે તોપણ તેને શરદી થવાનો બચ બતાવે છે. કસરત કરે તો માથાપ કહે છે કે આપણે ક્યારે મજુરી કરવા કે ખેલ કરવા જવું છે, ઉલટો હાથ પગ બાગી ખેમશો તો પગાત થશે. એટલુંજ નહિ પણ બાળક નાતું હોય ને પાસણમાં રોતું હોય તો જો આવો આવ્યો, જો ઘોઘર આવ્યો, જો માઈ (બીલાડી) આવી છત્યાદિ શબ્દો કહી તેને બીકણ બતાવી દે છે. પછી તે બાળક મોટું થયા પછી પણ બીલાડી, કે બાવા છત્યાદિથી પણ બીકે છે. ચાર પાંચ વર્ષનું બાળક થતા પહેલાં “જો મારતર આવ્યા. મારતર તને મારશે, કોટડીમાં પુરશે, મારતરને બધી વાત કહી દેઈ હું.” એ પ્રમાણે કહેવાથી બાળકને નિશાળમાં જવામાં પણ બચ લાગે છે. કારણ તેના મનને ખાતી થએલી હોય છે કે મારતર તે નિર્દય અને માર મારતાર અને હુમ દેનાર હોય છે. બાલ્યાવસ્થામાં માથાપો પોતાના દિકરા દિકરીઓને એમ કહે છે કે “તમે બાળકો શું સમજો? એતો મોટા માણસનું કામ છે. બાળકોથી કંઈજ બની શકે નહિ.” બાળકો પોતાના માથાપને કંઈ સાચી અને ઉપયોગી બાબત સમજવા લાગે તો પણ માથાપ તેનો તિરસ્કાર કરે છે ને સાંભળતાં નથી. બાળકોના વિદ્યાભ્યાસનો બોલો પણ માથાપો ઉપર પડે છે. એટલુંજ નહિ પણ માથાપ સાચે મજબૂરા કુટુંબમાં તેઓ રહેતાં હોવાથી તેમને પોતાના સુખરાન માટે જરા પણ હીકર રહેતી નથી. અને મોટી ઉમ્મર થયા પછી પણ કેટલાંક કુટુંબોમાં માથાપને છોકરાઓ બોળરૂપ થએલા જોવામાં આવે છે. જે દેશમાં બાળકોને બાળપણમાં મિથિજ સ્વતંત્રતાનું શિક્ષણ આપવામાં આવતું નથી તે દેશની ઉત્તિ શી રીતે થઈ શકે ?

અમેરિકા ખંડમાં બાળકો બાલ્યાવસ્થામાંથીજ સ્વતંત્ર થવાને કેવાં ઉત્સાહી હોય છે તે તરફ દ્રષ્ટિ કરીએ.

સ્વામી સત્યદેવ અમેરિકાના પ્રવાસના પુસ્તકમાં લખે છે કે “હું એકવાર સિયેટલમાં પોષ્ટ ઓફીસમાં મારા કાગળો લેવાને ગયો. હું પાછો ફરતો હતો ત્યારે સડકપર છ વર્ષનો એક બાળક વર્તમાન પત્ર વેચતો મારા જોવામાં આવ્યો, બપોરે હું તેની આગળ થઈને જતો હતો ત્યારે તેણે મને કહ્યું કે:—

“ મહાશય આપ વર્તમાનપત્ર ખરીદશો ?

“ ના, મારે વર્તમાનપત્ર જોઈતું નથી ” એ ધમિથી ઉત્તર આપ્યો.

“ કેવળ એક પૈસો, અધિક નહિ. ” તે બાળકે મિષ્ટ સ્વરે કહ્યું.

મે કહ્યું:—“ નહિ, મને વર્તમાનપત્રની જરૂર નથી. ”

બાળક:—“ કૃપા કરીને અવસ્ય ખરીદો; એક પૈસો એ કાંઈ મોટી રકમ નથી. ”

તે બાળકના આગ્રહથી મેં ગળપામાંથી એક પૈસો કાઢી વર્તમાનપત્ર ખરીદી લીધું અને પુઠ્યું:—

“ શું તારો બાપ ગરીબ છે ” ?

આ સાંભળી તે છોકરો અતિ વિસ્મય થયો. તે મારી તરફ જોઈને બોલ્યો:—“ આપે આવો પ્રશ્ન શા માટે કર્યો ” ?

મે કહ્યું:—“ તું વર્તમાનપત્ર વેચે છે તેથી. ”

બાળક:—“ શું વર્તમાનપત્ર વેચનારા ગરીબ હોય ? ”

હું ખશીયાણા પડી જઈ જોલ્યો “ના ના. મારા આશય એ છે કે તારી ઉમર આટલી નાની છે અને આત્મારથી હું વર્તમાનપત્ર વેચીને દ્રવ્ય કમાવા લાગી ગયો છું ? ”

તેણે આશ્ચર્યચકિત થઈને મારી તરફ જોયું અને પછી અતિ જીરુસાથી જોલ્યો:—

“ જીઓ મહાશય ! મારા બાપ ગરીબ નથી પરંતુ હું મારા બાપને આશરે રહેવા માગતો નથી. આ જે કપડાં મેં પહેર્યા છે તે એ મારી પોતાની મહેનતથી ખરીદ્યાં છે, અને મારા પોતાના ખર્ચને માટે મારે જે રકમ જોઈએ છે તે હું મારા પોતાના ઉદ્યોગથી કમાઉં છું. મારા પચાસ ડોલર બેન્કમાં જમા છે. ”

તે બાળકના આ શબ્દોએ મારી ઉપર ધણી ભારે અસર કરી. હું મારા મનમાં જોલ્યો:—અમેરીકાનો છ વર્ષનો બાળક પોતાનું જીવન સ્વતંત્રતાપૂર્વક વ્યતિત કરે છે. તેને કોઈની પરવા નથી. તે જાણે છે કે હું મનુષ્ય છું. પરમાત્માએ તેને હાથ પગ આપ્યા છે તેનો મથાર્થ ઉપયોગ તે કરી જાણે છે. એક અમારો પણ દેશ છે કે જ્યાં છ વર્ષના છોકરાને મુખ ધોવાની શુદ્ધિ પણ હોતી નથી ? છ વર્ષના બાળકો તો શુ પરંતુ શાળા, પાઠશાળામાં બહુતા વિદ્યાર્થીઓ પણ માગાપની ઉપર નિર્ભર રહીને વિદ્યાભ્યાસ કરે છે ? જે કોઈ મહિનામાં તેમને ખરચના પૈસા ન મળી શકે તો તેમનો વિદ્યાભ્યાસ બંધ પડી જાય છે. જેમનાં માબાપ બહુાવી શક્તાં નથી તેઓ વિદ્યાપ્રાપ્તિથી વચિત રહે છે. બહુ બહુ તો છોકરાઓ બીબ માગીને બજે છે. આનું પરિણામ એ આવે છે કે તેમને પોતાના જીવનસંગ્રામની તૈયારી કરી રાખવાની સંધિ મળતી નથી. તેમને પોતાની જાત ઉપર શ્રદ્ધા રહેતી નથી. તેઓ એમ સમજે છે કે અમે કંઈ પણ કરી શકીએ એમ નથી, કારણકે તેઓ પોતાનાં કાચો પોતે કરવાની ટેવ ખાટા નથી.

જાણવા યોગ્ય અનુભવી ઉપાયા.

(લેખક-તંત્રી.)

૧ પ્રમેદ—ઉમરકાનું દુધ પતાસામાં આપવાથી પ્રમેદનો વ્યાધિ જલદી મટે છે.

૨ પેસાબ વાટે સન્દ્રિષમાંથી લોહી પડે તેના ઉપાય—મેદીના પાનનો રસ સાકર અને ધી બેજો ચાટવાથી લોહી પડતું બંધ થાય છે.

૩ અર્ધ—નવટાંક કિંવા પાશેર છાશમાં ઠંડું છાશનો રંગ જાદલાઈ લાલ ત્રાય ત્યાં સુધી નાખી પીવાથી અર્ધનો વ્યાધિ મટે છે.

૪ ચાણુર્થિક જ્યર—ખડીયોખાર માસા ૨ સાકર સાથે વાટી ફલાવતું. માકર રૂપેલા એકબાર સુધી લેવી પાણી મિલાય ચાવી ઉતારવું. પાણી બે દલાઈ સુધી પીવું નહિ એમ ચાર કિંવા આઠ દિવસ કરવાથી ચોથીઓ તાવ મટે છે. પરંતુ પાણી પીધાથી શુભ લાગતો નથી.

૫ ઇન્દ્રિય ઉપરની ચાંદી—પીળાં ફુલ આવે છે શીંગમાંથી બીજાં કાળાં ગમ જ્યાં

નીકળે છે તે દારૂડીયાના ઝાડ આગળ જઈ તેની ડુંખ તોડવાથી તેમાંથી પીગા રસ નીકળે છે. તે રસ ચાંદી ઉપર લગાવવાથી ચાંદી ઉપર ખાલ આવી ભીંગડું ઉખડી જાય છે. રસ લોવાઈ જાય તો ફરી લગાવવો.

૬ ચુંક ઉપર—ચોખ્ખો કળાયુનો લઈ તેને લીધુના રસનો પૂટ આપી તેને છાંયે સુકવવો એવા સાત પૂટ આપવા. તે તૈયાર થએલા કળાયુનામાં કાચી ફટકડી, અને હળદર, એ સરખા વજનને મેળવી તેની ચુંદરના પાણીમાં ચણા જેવડી ગોળાયો કરવી. તેમાંથી બે ગોળા એકી વખતે આપવી તેનાથી ચુંક ન મટે તો બે કલાક પછી ફરી બે ગોળા આપવી અને તેનાથી આરામ ન થાય તો બે કલાકને અંતરે એકંદર ચાર વખત સુધી આપાય છે.

૭ માખી ભમરીના ડંખ ઉપર—ગોંધધેનીતું દુધ ડંખ ઉપર લગાડવાથી ડંખ-માંની બળતરા મટે છે.

૮ વીંછીનું ઝહેર ઉતારવાનો ઉપાય—તદન કાળા રંગનો ઘોડો હોય તેના કિંવા હાથના નખ શનિવારે ઉતરાવી વીંછી કરડેલા માણસને તે નખ આપણી મુઠીમાં રાખી ઉઘાડ અટકાવ કરી બતાવેથી ઉતરે છે.

૯ પેટની ગાંઠ (બરોળ)—મીડું શેર ૨ સંધિવખાર શેર ૧ એ બન્નેને વાટી લો-ડીમાં ભરી તેને કપડાં માટી કરી ગળપુટમાં બાળી દેવું. પછી અગ્નિ શેર ૧ ખાંડી વ-અગાળ કરી તેમાં મેળવવો એમાંથી દસા દસ આનીમાર ઉના પાણી સાથે ફાફી નવાથી બરોળ કે પેટની ગાંઠ મટે છે.

૧૦ ઘાણાની દાળ કરવાની રીત—ઘાણાને પલાળવા પછી તેને ખાંડણીમાં ધીમે ધીમે ખાંડવા કે તેનાં છોડાં છુટાં પડી જશે તેને ઝાટકવાથી છોડાં નીકળી જશે ને દાળ રહેશે. તે દાળને કલેડામાં શેકવીઃ શેકાયા પછી નીચે ઉતારી તેમાં સિંધવખાર ને લીંડુનો રસ મેળવવો. તે દાળ સ્વાદિષ્ટ લાગે છે.

૧૧ સૂર્ય માટે આખી ખારેકો કરવાની રીત—ખારેકો મોટી શેર ૧ લેવી. ચુંક, પીપર, મરી, લવીંગ, જયફળ, જયત્રી, ઘાણા, વરીઆલી, એ દરેક ૩ ૨) ભાર પ્રમાણે લેવું સિંધવખાર ૩. બા ભાર લેવો. ખારેક સિવાયની યીજોને ખાંડી વસ્ત્રગાળ કરવી. ખારેકને લીંડુના રસમાં પલાળી રાખવી પછીથી તેમાંથી બીયા કાઢી નાંખવાને તેમાં પેત્રો મસાલો ભરવો અને સુતરના દોરા વીંટવા પછી તેને એક બે દિવસ લીંડુ રસમાં પલાળી રાખવી પછી લીંડુ રસમાંથી ખારેકો કાઢી તડકે સુકવી રાખવી. એ ખારેકો સ્વાદિષ્ટ ને ખાચક થાય છે.

૧૨ ઘા વાગેલા ઉપર—આંખદુઃખણનાં ફળ વાડે થાય છે. તેને સુકવી રાખવાં. પડી તેનો છુકો કરી ઘા ઉપર દબાવવાથી ઘા પાકતો નથી. તેમ ધનુર્વાત પશુ ચતો નથી.

૧૩ ધનુર્વાત ઉપર—કડવી ડુંખડીના ગર્ભને નાસ ધનુર્વાતવાળા દરડીને આપવાથી આરામ થાય છે.

૧૪ ચોનીમાં આવેલા સોજાનો ઉપાય—સમા તથા મેથીને ખાંડી ખારીક કરી તેની ખારીક કપડામાં પોટલી કરી ચોનીમાં રાખવાથી સોજો ઉતરી જાય છે.

૧૫ શીખ પસતિ થવાનો ઉપાય—મવા અને મેથી જેને પેસાઆર પ્રમાણે લેવાં

તેને અંછર પાણીમાં ઉકાળી પાશેર પાણી રહે ઉતારી પાવાથી તત્કાળ પ્રસૂતિ થાય છે.

૧૬ બરેળ વધેલીનો ઉપાય—શેરડીના સિરકામાં અંછર ચાર દિવસ પલાળી તેમાંનાં અંછર દરરોજ પાંચ સાત ખાવાથી બરેળ ગળે છે, વધારે અંછર ખાવાથી જી-લાળ થાય છે.

૧૭ કારખોનેટ ઓફ આયર્ન બનાવવાની રીતઃ—લોહને અથવા પોલાદને કાનસે ધસી તેના જુકા કરવો, તે કોઈ પથ્થુ વજનથી લદ્ધ તેને અગુરી દ્રાખના શીરકામાં બીજવી રાખવો તેમાં કરતર પડે નહીં તેવા સ્થળે રાખવો તેને સુકવીને ખલ કરવો, ખારીક મેશ જેવો થાય ત્યારે તેની અજમાશ કરવા એક કાચના ગ્લાસમાં પાણી ભરીને તે જુકા-મથી એક ચપટી પાણી ઉપર ભભરાવવી એટલે તે પાણી ઉપર તરશે. તેના ઉપર ચોખાના દાણા મુકવાથી તે ડુબશે નહિ. જો ચોખાના દાણા પાણીમાં તેના ઉપર રહે ને હુમે નહિ ત્યારે બરાબર તૈયાર થયો સમજવો. આની માત્રા દિવસમાં ૪ થી ૪૦ ગ્રેન સુધી દસ વખત થઈ આપી શકાય છે. ધાતુ જતી હોય, પેશાબ અટકતો હોય, અર્ધ ચયા હોય, શરદીથી શ્વાસ ચઢતો હોય, બીતરનો સોજો, સ્ત્રીને દસ્તાન ધણું જરૂર હોય, બરેળ વધી ગઈ હોય, એ ઉપર આ દવાનો ઉપયોગ સારો થાય છે. આ દવા ધર્મના દુધર્મા મેળવી તેમાં જરા પાણી નાંખીને ચાર ચાર ગ્રેનની ગોળાઓ કરવી તે ઉપરના રોગોમાં વાપરવામાં આવે છે અથવા ખીજ યોગ્ય અતુપાનમાં એ દવા આપવી.

૧૮ ગરમીના દરદનો ઉપાયઃ—કમળનાં ફૂલ તોલા ૧૦ ને પાણી શેર ૧ માં ઉકાળી તેનું પાશેર પાણી રહે ઉતારવું, તે દિવસમાં જે વખત થઈ પીવું તેથી ગરમીનો તાવ, માથુ દુખતું હોય, સ્વપ્નમાં ધાત જતી હોય, ગરમીનો ઉકાળો થતો હોય, શરીરે અગન થતી હોય, તેવા રોગો ઉપર આ દવા ગુણુ કરે છે. ઉકાળાના પાણીમાં એક તોલા સુધી સાકર મેળવી હોય તો વધારે ગુણુ કરે છે.

૧૯ ગુલકંઠ બનાવવાની રીતઃ—ખરા ગુલાબના ફૂલની પાંખડીયો સુકી રતલ ૧૦ લેવી ખાંડ રતલ ૧૦ લેવી. પ્રથમ સુકા ગુલાબની પાંખડીઓને ખલમાં ઘુટી ખાંડ થોડે થોડે નાંખી ઘુટતા જવું. તે બરાબર ઘુટાઈ ગયેથી ગુલકંઠ થયો કહેવાય. તેમાંથી તોસો ૧૦ આપવાથી હલકો ગુલાબ થાય છે. ક્યેન્નનું દરદ સાફ કરે છે. જીભ વધારે છે, દેહમાં મજબુત કરે છે, ક્યેન્નને થંડુ રાખે છે.

ગ્રન્થસંક્રાંતિ.

અમેરિકાનો પ્રવાસ—અનુવાદક ગ્લસિંગ ટીપ્સિંગ પરમાર, પ્રકાશક મસ્તુ આહિય વર્ષિક કાર્યોલિય, સંપાદક અને પ્રકાશક ભિક્ષુ અખંડાનંદ ગૃહ્ય વાર્ષિક દ્વારે ૩.૦-૫-૦ પાકું પૂર્ણ ૩.૦-૮-૦ આ પુસ્તક સ્વામી શ્રી સત્યદેવ રચિત અમેરિકા પથ-પ્રદર્શક અમેરિકા દિગ્દર્શન તથા અમેરિકા કે નિર્ધન વિદ્યાર્થીના કે પરિશ્રમ એ ગ્રંથોનું દિટી ઉપરથી બાબાન્તર છે. સ્વામી શ્રી સત્યદેવ તા. ૮ મે સન ૧૯૦૬ ના રોજ અમેરિકાના પ્રવાસ માટે નીકળ્યા તે વખતે, તેમની પામે માત્ર ૫૬૨૪ રૂપિયા હતા. પરંતુ તેમની સાથે ૬૬

સકપરૂષી મહત્વની કિમતી વસ્તુ હતી જે અમૂલ્ય વસ્તુ વડે તેમણે ધારેલું કાર્ય પૂર્ણ કર્યું હતું દંડ સકલ્પને શુ કહીશું છે અનેક મકોટા અનેક અડચણો અને વિશિષ્ટો નડવા છતાં પણ તેમણે તેની દરકાર કરી નહોતી અને ઉત્પાદકપૂર્વક તે પોતાનું કાર્ય કરતા હતા અમેરિકા પહોંચના માટે ઝોઝામાં ઝોઝા પાંચમો રૂપિયા બેઠકએ છતાં એટલી રકમથી શી રીતે ત્યાં પહોંચાય ? તેથી તેમણે કુકે કુકે ટીકોટો ખરીદ કરી હતી અને તે ખરીદ કરવાના નાણાં તેમણે જે તે સ્થળમાથી મહેનત મજૂરી કરી મેળવ્યા હતા. અને તેઓ તા ૨ જુન સન ૧૮૦૬ ના રોજ શિકાગો પહોંચ્યા હતા.

અથમભરમા લાગ્યા લેખની જરૂર હોતી નથી છતાં આ લાગો લેખ લખવાનું કારણ આવો બહુ ઉપયોગી ગ્રંથ વાચનાને જેઓ ભાગ્યશાળી ન થયા હોય તેને અમેરિકા દેશ આપી દુનિયામા આનો ઉત્તરદશમા શા માટે છે અને આપણી ભારતભૂમિનાં સતાનો શા માટે નિર્ધન અને દુષ્ટી હાલતમા છે તે સ્વામી સત્યદેવે આ પુસ્તકમા વિસ્તારથી લખેલું છે નવા યુવાનોએ તે દેશની ધણીએક સારી બાબતનું અનુકરણ કરવા સરખું છે સ્વામી સત્યદેવે જે વખતે શિકાગોમા પહોંચ્યા તે વખતે ત્યાની સકમ્પર અજ્ઞા પ્રમરનો દેખાવ તેમની નજરે પડ્યો ત્રી અને પુરો આમતેમ દોડતા જતા હોય એમ જણાતા હતાં તેઓ સ્વચ્છ, સુધક પ્રસન્ન વદન, અને મધુમક્ષિકાની પેઠે પોતપોતાના કામમા નિમગ્ન જણાતા હતા તેમને કોઈ આળસ જણાયું નહિ મર્મમા સ્ફુર્તિ દષ્ટિગોચર થતી હતી શુ જુદ, શુ યુવા, શુ બાળક, શુ બાલિકા, સર્વ જડપથી દોડાદોડ કરી રહ્યા હતા એક તરફ નાના નાના છાંદરાઓ “ડેલી ન્યુઝ,” અને “રેકર્ડ હેરલ્ડ” નામના દૈનિકપત્રો વાચતા હતા વિજળીની ગાડીઓ ખીચોખીચ ભરાઈ આમતેમ દોડતી હતી થોડાગાડીઓ તથા ભાર ગાડા માલ અસમાનથી ભરેલા દેખાતાં હતાં ખીજ તરફ મોગ લોહસ્તંભો ૫૦ વાર ઉંચે આકાશમા એક બીજા સડક હતી તેના ઉપર વિજળીની ગાડીઓ ગડગડ શબ્દ કરતી આમતેમ દોડતી હતી જે દેશમા લોકો આવા ઉલોગી અને ઉત્સાહી હોય ત્યાં લક્ષ્મી અને ઐશ્વર્યનો વાસ હોય એમાં કંઈ નવાઈ સરખું નથી.

ખિન્ની ધર્મમા રવિવારના દિવસે કામ કરવાની મના છે આથી તે દિવસે સર્વ દુકાનો પુસ્તકાલયો કારખાના આદિ બંધ રહે છે. શુ નિર્ધન, શુ ધનવાન, શુ મેવન, શુ સ્વામી, શુ જુદ, શુ બાળક, શુ સ્ત્રી, શુ પુરુષ, સર્વ રજા પાળે છે પ્રાત કાળના દસ અગીયાર વાગે શુ નિયત મમથે સર્વ લોકો દેવળમા જતા દષ્ટિગોચર થાય છે ત્યાં ધધિર આરાધના કર્યા પછી થેર આવી તેઓ ભોજન કરે છે. થોડીવાર આરામ કરી પછી ફર્યા નીકળે છે. અને શીલક મ્યુઝિયમ વગેરે સ્થળોએ જાય છે અને દિવસ તે રાત્રિનો વખત આનંદમા ગાળે છે આપણા દેશમા અગીયારસ કે રામનવમી, જન્માષ્ટમી, વગેરે તહેવારના દિવસે પણ લોકો ધધાથી નિરૂત થતા નથી તેમ ધધિર આરાધના કરતા નથી ભાગતભૂમિમાં જ્યારે ધર્મનું પાલન થતું યજ્ઞયાગાદિ થતા અને હરિશ્ચંદ્ર જેવા મહાન રાજાઓ એકાદશીના દિવસે ગોતાની રાજધાનીમા અને દેશમા એકાદશીનું વ્રત કરવાનો દુહુબી નાદથી પડેો દેવતા તે વખતે દેતા કેવો આવાદ હતો અત્યારે દેવ અને ધર્મ ઉપર અનારથ છે મતનું પાલન થતું નથી અને તહેવારના દિવસે પણ જ્યાં પ્રજા વર્ગ સાસારિક ખગ્ગથી શાન્ત થઈ ધધિરોપાસના કે ધર્મક્રિયા કરતો નથી ત્યાં ઉન્નતિની આશા રાખવી દોષ્ટ છે

ભારતવર્ષમાં આગગાડીમાં ત્રણચાર વર્ગ હોય છે, એટલે તેમાં સુસાફરી કરનાર નાના મોટા ગણાય છે. પરંતુ અમેરિકામાં એ પ્રકારના કોઈ વર્ગ નથી; એટલે નાના મોટાનો ભેદભાવ નથી.

શિકાગો વિશ્વવિદ્યાલયમાં આખા વર્ષનો વિદ્યાભ્યાસ સંપૂર્ણ થઈ આશરે સાડાત્રણ માસની રજા પડે છે. આવતા વર્ષના વિદ્યાભ્યાસ માટે પૈસાની જરૂર હોવાથી ૫૦૦ માઇલ ઉપર આવેલા વરમિલિયન નામના નગરમાં સત્યદેવ મળુરી કરવા ગયા. ત્યાં મિશિગન કોલેજનો ગ્રેજ્યુએટ અને કાયદામાં જેણે એલ. એલ. ખી.ની ડીગ્રી મેળવેલી એવો એક જમીનદાર હતો. તેઓ લખે છે કે હું વરમિલિયન પહોંચ્યો તે વખતે દિવસના બપોર થયા હતા. તાપ એવો સખ્ત પડતો હતો કે મને મારો પ્રિય દેશ યાદ આવ્યો. જ્યારે હું મહાશય એવ ખીના ઘેર ગયો ત્યારે તેઓ ક્યાંક બહાર ગએલા હતા. તેમની વૃદ્ધ માતાએ અતિ પ્રેમથી મારો સહાર કર્યો અને મુકામને માટે ઝોરડો બતાવી દીધો. ઝોરડામાં “બેગ” મુકી બહારના ઝોટલાપર આવી ખુરશીપર બેઠો. હવા બહુ ઝાછી હોવાથી હું પ્રસ્વેદથી તર થઈ ગયો. વૃદ્ધાએ મને એક પખો લાવી આપ્યો. અને મારી પાસે ખુરશીપર બેસી કપડું શીવવા લાગી. ચોડીનાર ચુપ રહ્યા પછી વૃદ્ધાએ પૂછ્યું.

એલખી કહેતો હતો કે એક હિન્દુ આપણા ખેતરપર કામ કરવા આવશે. શું આપણ ખેતરપર કામ કરવાના ઉદ્દેશથી આવ્યા છો? મેં અતિ વિનયપૂર્વક કહ્યું હા, તે માટેજ આવ્યો છું.

તેણે કેટલીક મિનિટ સુધી મને ધ્યાનપૂર્વક નિહાળીને કહ્યું:—અમેરિકન ખેતરનું કઠીન કામ આપના જેવા શરીરવાળા પુરુષથી શી રીતે થઈ શકશે?

હું બોલ્યો આપ એમ ન સમજશો કે હું કમજોર છું. માફ શરીર અમેરિકન મળુરીના જેવું નથી એ ખરું, પરંતુ માફ સાહસ તેમના જેવુંજ છે.

વૃદ્ધા હસીને બોલી ઠીક. તેની પરીક્ષા થશે.

સંત્રે મહાશય એલખી આવી પહોંચ્યા. તેમણે મારો ઘણીએ સારી રીતે સહાર કર્યો. તેમણે મને સાડાચાર રૂપિયાના રોજથી રાખવાનું કમુલ કર્યું.

વરમિલિયનથી આઠ દસ માઇલના અંતરપર બરમેક નામનું એક નાનું ગામડું છે ત્યાં મહાશય, એલખીની ચારસે પાંચસે એકર જમીન છે. મારે અહીંજ કામ કરવાનું હતું.

હું ત્યાં પહોંચ્યો ત્યારે ખેતરમાંના મળુર અને મેતેજર દેવળમાં ગએલાં હતાં તે સાંજે પાંચ આવ્યા. ધીમે ધીમે બોજનનો સમય થયો; અમે મેજની ચોતરફ ખુરશીઓ ઉપર બેઠા. આ સમયે મારી દશા વિચિત્ર હતી. શિકાગો યુનિવર્સિટીની વિદ્યાળ બોજનશાળા સ્વચ્છ અને સ્વચ્છ જોતાયિત બોજન ક્યાં અને અહિંયાં લુપ્ત સુકું જનું મોઢું બોજન ક્યાં? મોંસની દુર્ગંધને લીધે હું તો બેભાન જેવો બની ગયો. મને લાગ્યું કે આ લોકોની સાથે રહીને મારાથી કામ શી રીતે કરી શકાશે? પીરસનારી સ્ત્રી જ્યારે ગોસ્ત આપવા લાગી ત્યારે મેં મસ્તક ધુણાવ્યું.

તે સ્ત્રી આશ્ચર્યથી બોલી:—શું આપ ગોસ્ત ખાતા નથી?

મેં કહ્યું:—ના, હું માંમાહાર કરતો નથી.

મેનેજર હોલને જે મારી સામે બેઠો હતો તે બોલ્યો:—ત્યારે તો આપનાથી અહીંનું કામ થઈ શકશે નહિં. હું ચૂપ રહ્યો.

ખેતરમાં અને પાંચ મજૂર કામ કરતા હતા, જે કોઈ દિવસ અધિક કામ હોય તો હોલનેની બે છોડીએ કામ કરતી હતી.

પ્રાતઃકાળમાં સાત વાગે પોતપોતાના હળની સાથે બે ઘોડા બેડી સર્વ મજૂરો પોતપોતાના કામે ગયા. હું આ કામ બંધુતો નહોતો તેથી મને બોલવાનું કામ સોંપવામાં આવ્યું. પ્રાયઃ અગીયાર વાગે હું મકાઈના ખેતરમાં કામ કરતો હતો એવામાં કોઈએ પાછળથી મારી પીઠપર હાથ મૂક્યો. મેં પાછા ફરી જોયું તો જમાદાર સાહેબ કૃપિકારનાં વસ્ત્ર પહેરી હાથમાં કોદાળી લઈ ઉભા છે. આ દેખાવ જોઈ હું પરમ આશ્ચર્ય ચકિત થયો. પ્રથમ બી. એ. અને પછી એલ. એલ. બી. અને તે ઉપરાંત હોસે એક જમીનના સ્વામી હતા તે છતાં ખરા બપોરે તાપમાં કામ કરવાને તૈયાર થએલા હતા. ધન્ય, અમેરિકા ધન્ય, આવા ઉદ્યોગી સુપુત્રોના પ્રતાપથીજ તું આજે ઉન્નતિના સર્વોચ્ચ શિખરે વિરાજમાન છે. જે દેશના શિક્ષિત અને ધનવાન મનુષ્યો શારીરિક પરિશ્રમ માટે ધૃષ્ટા ધરાવે છે, તે દેશ અધોગતિને કેમ પ્રાપ્ત ન થાય, તે દેશ શા માટે દુઃખ અને દારિદ્રની રંગભૂમિ ન બની જાય ? જ્યારે તેમની ને મારી ચાર આંખો ભેગી થઈ ત્યારે તેઓ હસીને બોલ્યા:—કેમ કેહું કહિન કામ છે ?

હું રિમત કરી બોલ્યો:—સર્વે કામે આરંભમાં કહિન લાગે છે, પાછળથી અભ્યાસ પડતાં સહેલાં થઈ જાય છે;

એટલીએ કહ્યું:—સાબારા, આવા વિચારના માણસ માટે જગનમાં કોઈપણ કામ મુશ્કેલ નથી.

પ્રિય વાચકો, આપણા દેશના શિક્ષિત અને ધનવાન માણસમાંથી આ પ્રમાણે કામ કરતો એક માણસ પણ મળવો કઠીણ છે. તેઓ ચાકર નફર લાડી વાડી અને ગાડીમાં મોજમજા મારતા હોય છે. બપોરે બંગલામાં જવાસા કે ખમના વાળાની ટટીએ બારી બારણાને બંધાવી પાણી છંટાવી આપ્રસક્રીમ અને મિષ્ટ શરબતો ઉડાવતા ને આરામ લેતા હોય છે. તે વખતે અમેરિકા દેશમાં જે રથબે બપોરે અહિં કરતા પણ સખ્ત તાપ પડતો હોય છે ત્યાં આવાં ધનવાન અને શિક્ષિત સ્ત્રી પુરુષો કામ કરતાં હોય છે. આવા, દેશની ઉન્નતિ કેમ ન થાય ?

સત્યને લખે છે કે આજે આખો દિવસ વર્ષાદ વરસતો હતો. સાંજે વાણું કર્યું પછી અમે સર્વે પુનઃ દિવાનખાતામાં એકત્ર થયા. એટલી પણ બપોરની ગાડીમાં આવી પહોંચ્યા હતાં. એટલી પિયાનો વગાડવામાં કુશળ હતા. ગાયન વાદનનો આરંભ થયો. આ સમયનો દેખાવ આશ્ચર્યકારક હતો. સ્વામી સેવક સર્વે એક સમાન હતા. કંઈ પણ બેદખાલ નહોતો. આપણા દેશની સ્થિતિ જુઓ. આપણા દેશમાં નોકરને પરથી પણ દલકો ગણવામાં આવે છે. જમીનદારો ખેડૂતોને પોતાની સાથે ખુરશીપર બેસાડવામાં માનહાનિ માને છે. યદિ આપને ત્યાં કોઈ નોકર હોય તો આપ તેને શિક્ષણ આપજો; તેનામાં આત્મમાનની યત્તિ ઉત્પન્ન કરજો એજ સાચી દેશસેવા છે.

સત્યને વિશ્વવિદ્યાલયનો અભ્યાસ પુરો કરતાં સુધી મજૂર પેઢે ગાડાં બેસવા વગેરેનાં અનેક કામ કરતાં પડ્યાં હતાં.

અનધડ વિદ્યાર્થી અને તેનો પ્રવેશ સંસ્કાર.

હાઈસ્કૂલની પરીક્ષા પસાર કરીને જે વિદ્યાર્થી કોલેજમાં દાખલ થાય છે તેને અમે-રિકન વિશ્વવિદ્યાલયની પરિભાષામાં “Fresh man” અર્થાત અનધડ વિદ્યાર્થી કહેવામાં આવે છે. એમ શા માટે કહેતા હશે? આતુ કારણુ એ છે કે ઉચ્ચ પંક્તિના છાત્રોની દ્રષ્ટિમાં તે જંગલીજ ગણાય છે, કારણુકે હાઈસ્કૂલ પર્યંત બાલ્યવસ્થાનો સમય છે, એટલા માટે જે અનધડ વિદ્યાર્થીઓનો પ્રવેશ સંસ્કાર થએલો હોતો નથી તો જુના વિદ્યાર્થીઓ તેને પોતાથી હળવા મળવા દેતા નથી. આ કેવળ વિદ્યાર્થીઓએ પોતે બનાવેલો સામાજિક નિયમ છે. ભિન્ન ભિન્ન કોલેજોમાં અને વિશ્વવિદ્યાલયોમાં પ્રવેશ સંસ્કારની ભિન્ન ભિન્ન પ્રણાલિઓ છે. શિક્ષણોના સ્તેલ હોલમાં પ્રવેશ સંસ્કારની જે પ્રણાલિ છે તે અમે અમારા પાઠકોના મનોરંજનાર્થે અત્ર નિર્દિષ્ટ કરીએ છીએ.

“૧૯૦૬ માં પ્રાયઃ બાર વિદ્યાર્થીઓનો સંસ્કાર થવાનો હતો. તેમાં એક જાપાની પણ હતો. સ્નેહહોલની વિદ્યાર્થી મંડળીએ સમાભરી ૩૧ અક્ટોબરની રાત્રે નવ વાગે તેનો સંસ્કાર કરવાનો નિશ્ચય કર્યો નિયત સમયે સર્વ જુના વિદ્યાર્થીઓ વાંસની એક લાકડી હાથમાં લઇ એક મોટા ઝોરડામાં એકત્ર થયા. અનધડ વિદ્યાર્થીઓની આંખે રૂમાલ બાંધીને તેમને તે ઝોરડામાં આણવામાં આવ્યા. સૌથી જુના ત્રણ વિદ્યાર્થીઓ એક પ્લાટફોર્મ ઉપર ખુરશી નાંખી બેઠા હતા. તેમાંનો એક ન્યાયાધિશ બનેલો હતો. તેનો પોશાક પણ ન્યાયાધિશના જેવોજ હતો, અમે સર્વ જુના વિદ્યાર્થીઓ ખુરશીપર બેઠા હતા. ન્યાયાધીશની આજ્ઞા અનુસાર વિજળીના દીપક ઉઠાવી લઇ ત્રીણુબત્તીઓ સળગાવવામાં આવી. તેનાથી પ્રકાશ ઝાંખો થયો. તે પ્રકાશમાં ન્યાયાધીશે કાંઈક મંત્રો બોલ્યા અને સર્વ જણ ધ્રુટણ મંડીએ પડી તેનો પુનરુચ્ચાર કર્યો. તત્પશ્ચાત્ ન્યાયાધીશે એક પ્રતિજ્ઞાપત્ર વાંચ્યો. આ પત્રની ઉપર અનધડ વિદ્યાર્થીઓએ હસ્તાક્ષર કર્યા અને અમે લાકડીઓથી તેમને મારીને ઝોરડામાંથી બહાર હાંકી દાઢ્યા. તેમને એક બીજા ઝોરડામાં બંધ કરવામાં આવ્યા. આ તો એ સંસ્કારની શ્રુતિકા માત્ર હતી.

“આરે અનધડ વિદ્યાર્થીઓ ચાલ્યા ગયા ત્યારે ન્યાયાધીશે બીજા ત્રણ કર્મચારીઓ નિયત કર્યા. એક દરવાન, બીજો ચપરાશી અને ત્રીજો કારકુન. દરવાનને પહેરાપર નિયત કરવામાં આવ્યો; ચપરાશીને એક અનધડ વિદ્યાર્થીને લેઈ આવવાની આજ્ઞા કરમાવવામાં આવી, અને કારકુનને ન્યાયાધીશની પાસે રહી તેની આજ્ઞા પ્રમાણે કામ કરવાનું સોંપવામાં આવ્યું, હવે કાર્યવાહી શરૂ થઇ. સૌથી પ્રથમ ચપરાશી પેલા જાપાનીને હાથ પકડીને બેઠી લાવ્યો કે ત્યારે તે કારકુન આવ્યો ત્યારે દરવાને પૂછ્યું: “કોણ છે?” ઉત્તર મળ્યો “એક મિત્ર.” દરવાન તેને ન્યાયાધિશની તરફ લાવવા લાગ્યો. અમે તે મિત્રના આગમનને માટે આનંદ પ્રદર્શક ગાયતો ગાવા લાગ્યા. દરવાને તેને કારકુનને હવાલે કર્યો. કારકુને તેને ન્યાયાધીશની આગળ રજુ કર્યો.

ન્યાયાધીશ:—“તમે કોણ છો?”

જાપાની:—“મિત્ર છું.”

ન્યાયાધીશ:—“હીં, હાથ આપો તો જોઈ તો ખરે કે તમે મિત્ર છો કે શત્રુ?”

ત્યાં જાપાનીએ હાથ આપ્યો કે તરતજ ન્યાયાધીશ બોલી ઉઠ્યો:—“શત્રુ, શત્રુ, દર કશે.” અમે તત્કાળ લાકડીઓથી તેની પૂજ કરવા લાગ્યા. પડી ન્યાયાધીશના આધીની

બલામણી તે અનધડની હિમ્મતની પરીક્ષા કરનામાં આવી. તેને જારકેને કહ્યું કે “એક સ્ટુલપર ઉભા થાઓ” અનધડ તે પ્રમાણે ઉભો થઈ ગયો, તેની આંખો રૂમાલથી બાંધેલી હતી તેને આજ્ઞા ફરમાવનામાં આવી કે “આ સ્ટુલપરથી પેલી ખુરશી પર ફરો” તે કુદો જોડે એક વિદ્યાર્થીએ ખુરશી ખેંચી લીધી. આ પ્રકારે પેલા અનધડને એવકુદ બનાવનામાં આવ્યો અને વિદ્યાર્થીઓએ લાકડીથી તેનો આદ્યસત્કાર કર્યો તત્પશ્ચાત્ તેની બુદ્ધિની પરીક્ષા કરવામાં આવી. તેમા પણ તે બિચારાની દુર્ગતિ થઈ, તે પછી ન્યાયાધીશે તેને આજ્ઞા કરી કે “તમે એક વ્યાખ્યાન આપો” જાપાનીએ વ્યાખ્યાન આપતા જણાવ્યું કે. — “હું આજથી રનેલહોલનો સ્થાપી સમાસદ બનું છું, અને જંગલીમાંથી સભ્ય બનું છું. હું પ્રતિજ્ઞા કરું છું કે હું આ હોલના અન્ય વિદ્યાર્થીઓની આજ્ઞા શિરસાવધ કરીશ. તેમના સુખમાં સુખ અને તેમના દુઃખમા દુઃખ માનીશ સદા સમાના નિયમોનું પાલન કરીશ અને રનેલહોલના ગુણ ગાંધશ.”

પાકેકોને જણાવવાની આવશ્યકતા નથી કે વ્યાખ્યાન આપતી વખતે પણ જાપાનીની પીઠપર તકાતડ લાકડીના સપાટા પડતા હતા.

વ્યાખ્યાન થઈ રહ્યા પછી તેને ચાલીસ ગજના અંતરપર લઈ જઈને ઉભો રાખવામાં આવ્યો. ત્યાંથી તે ધુટણીએ ટેકતો ટેકતો ન્યાયાધીશના પ્લેટફોર્મની પાસે આવી પહોંચ્યો. ત્યાં એક કાગળ અને એક પેન્સિલ રાખવામાં આવી હતી, આ પેન્સિલ વતી તેણે પોતાનું નામ કાગળપર લખ્યું આ કામ જરા મુશ્કેલ હતું આખો બધ હતી, ધુટણીએ ચાલી ચાલીને કાગળ શોધવાનો હતો અને ઉપરથી લાકડીનો માર પડતો હતો. આ એક અજ્ઞ પ્રકારનો તમાશો હતો. અસ્તુ તત્પશ્ચાત્ તેની આખ ખેલી નાખવામાં આવી, તેનું મુખ ઘોવામાં આવ્યું. પછી સર્વ જુના વિદ્યાર્થીઓએ પ્રેમપૂર્વક તેની સાથે હાથ મેળવ્યા અને તેને પોતાનો કરી લીધો. આ દશા ઇતર અનધડ વિદ્યાર્થીઓની પણ થઈ. જ્યારે સર્વનો પ્રવેશ ચરકાર થઈ ચૂક્યો ત્યારે મિઠાઇપર ખૂબ મારો ચાલ્યો.

આવાજ પ્રકારના સંસ્કારો કેલિફોર્નિયા, હાર્વર્ડ આદિ વિશ્વવિદ્યાલયોમાં પણ પ્રચલિત છે. કેઈ સ્થળે સંસ્કારની રીતિ સંબંધ છે. અને કેઈ સ્થળે નરમ છે. એરિઝન સંસ્થાનના વિશ્વવિદ્યાલયમાં અનધડ વિદ્યાર્થીઓપર પુષ્કળ કામોની જોખમદારી નાખવામાં આવે છે. મદ્રિ કેઈ વિદ્યાર્થી આજ્ઞા માનવામાં આવું પાછું કરે તો તેને વચ્ચે સહિત નદીમાં હડસેલી મુકવામાં આવે છે, અથવા તો પકડીને નહાવાના ટબમાં નાખી દેવામાં આવે છે, અને ઉપરથી ઠંડા પાણીનો નળ છોડી મુકવામાં આવે છે આ પ્રમાણે હર પ્રકારે તેને મીઠો કરવામાં આવે છે.

અમેરિકાના નિર્ધન વિદ્યાર્થીઓનો પરિશ્રમ.

સત્યદેવ જ્યારે શિક્ષણ યુનિવર્સિટીમાં અભ્યાસ કરતા હતા ત્યારે ત્યાં ડેરાન નામનો એક છોકરો વિદ્યાભ્યાસ કરવાને આવ્યો. તેની પાસે કેવળ બાર આનાના પૈસા હતા શિક્ષકો એક એવું શબ્દ છે કે જ્યાં પગલે પગલે ખર્ચ ને રૂપૈયા જોઈએ છીએ. એક પાઉં ખરીદવાને માટે અડી આના જોઈએ છીએ આડ આના વગર હજમન પણ થતી નથી. જો બાવ કપાવના હોય તો દોઢ રૂપૈયા નિના ચાવતું નથી. આવા શહેરમાં એક છોકરો

બાર આનાના પૈસા લઇને યુનિવર્સિટીમાં અભ્યાસ કરવાને આવ્યો. અમેરિકાની યુનિવર્સિટીઓમાં નોકરી અપાવનારૂં ખાતું હોય છે, તેને અંગરેજીમાં Employment Bureau કહે છે. ડોરને ત્યાં જઈને કામની તપાસ કરી. ત્યાંના અધ્યક્ષે ડોરને પુછ્યું:—

તમે હોટેલમાં વાસણ માંજવાનું કામ કરશો ?

ડોરને ઉત્સાહી છોકરો હતો તેણે ઝટ કહ્યું:—હા સાહેબ, હું દરેક પ્રકારનું કામ કરવાને તૈયાર છું. આ સંબંધી અધ્યક્ષ અતિ પ્રસન્ન થયો અને તેણે ડોરનેની પીઠ ચાખડી તે દિવસથી ડોરને માસિક સાઠ રૂપૈયાનો પગાર અને બોનસ એ સરતે હોટેલમાં વાસણ માંજવાનું કામ કરવા લાગ્યો. ચાર વર્ષ પર્યંત તે નિર છોકરો શિક્ષણ વિશ્વવિદ્યાલયમાં રહ્યો. તેણે ઘેરથી એક પૈસો પણ મંગાવ્યો નહિ. તે પોતાના હાથે મજૂરી કરી હરેક પ્રકારનાં કષ્ટ સહન કરી વિદ્યાભ્યાસ પૂર્ણ કરી બી. એ. ની પદવી મેળવી પોતાને ઘેર ગયો. વિચાર કરો કે આ યુવક અને આપણા યુવકોમાં કેટલું અંતર છે.

સત્યદેવ સન ૧૯૦૬ના જુન માસમાં શિક્ષણ વિશ્વવિદ્યાલયમાં હતા તે વખતે તેમની પાસે રૂ. ૧૫૦) હતા તે અર્થાર્પિત ગયા પછી પૈસાની જરૂર હોવાથી, તેઓ લખે છે:—“હું નોકરી અપાવનાર ખાતાના અધ્યક્ષની પાસે ગયો અને જોઈને તે અધ્યક્ષ બોલ્યો:—

“ તમે હોટેલમાં વાસણ માંજવાનું કામ કરશો ? ”

“ તેની શબ્દો અને વજ્રપાત સમાન લાગ્યા. હું માથું ખંજોળવા લાગ્યો, કારણકે મારા કુળમાં કોઈએ કદી પણ આવું કામ કર્યું નહોતું. અધ્યક્ષે જ્યારે મને ચુપ દીડો ત્યારે સ્મિત કરીને બોલ્યો:—“ તમારા દેશમાંતો વાસણ માંજનારાની મજૂરી ભતિ છે કે કેમ ? ”

હા સાહેબ મેં ધીમેથી ઉત્તર આપ્યો.

અધ્યક્ષ:—“ હવે અહીંયાં અમેરિકામાં તો તમારે સર્વ પ્રકારની મજૂરી પ્રેમની દૃષ્ટિથી જોવી જોઈએ. ”

મેં કંઈ પણ ઉત્તર આપ્યો નહિ. હું ચુપ ચુપ મહારા ઓરડામાં આવ્યો. જ્યારે એ દિવસ વ્યતીત થઇ ગયા અને કોઈએ પણ મારી ખજર ન લીધી તેમજ સ્પેટમાં કુરકુરીયાં બોલવા લાગ્યાં ત્યારે હું પુનઃ તે અધ્યક્ષની પાસે ગયો. અને જોઈને તેણે જરા સ્મિત કર્યું. જ્યારે મેં નોકરીના સંબંધમાં પુછ્યું ત્યારે તેણે અતિ રસદથી મજૂરીની મહત્તા સમજાવી અને હોટેલમાં કામ કરવા મોકલી દીધો.

સાંજનો સમય હતો, લોકો હોટલમાં આવજી કરી રહ્યા હતા. હોટલની સ્વામિની, સર્વ કામ ઉપર ભતે દેખરેખ રાખતી હતી. રસોડાની પાસેના ઓરડામાં એક નાનાંસરખો હોજર હતો. તેમાં બે નાજ લાગેલા હતા; એક ગરમ પાણીનો ને બીજો ઠંડા પાણીનો તેની પામેજ એક ઉંચું સ્થાન વાસણ ધોવા માટે બનાવવામાં આવ્યું હતું. તેની પાસે બે બે બે વામણ ધોઈ રહ્યાં હતા. નોકરો વાસણ લાવી લાવીને તે સ્થાનપર મૂક્યા કરતા હતા. એક મોટા વાસણમાં ગરમ પાણી અને સાબુ નાંખેલો હતો. તેમાં બીજવાર વાસણ ધોવામાં આવતાં. એને પછી દુવાલથી લૂંછી નાંખી અનરાધપર મુકી દેવામાં આવતાં હતાં.

(અપૂર્ણ)

ધન્વન્તરિ.

SHRI DHANVANTARI.

ધન્વન્તરિ ધૃતકરામૃતપૂર્ણકુમ્ભં પીતામ્બરં સકલસિદ્ધસુરેન્દ્રવંદ્યમ્ ॥

ચન્દ્રેરવિદનયનં મણિમાલ્યમાયુર્વેદઃપ્રવર્તકમનુસ્મૃતિરોગનાશમ્ ॥

હાથમાં અમૃતથી ભરેલો કુંભ ધારણ કરી રહેલા, પીળા વસ્ત્ર પરિધાન કરનારા, સર્વ સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, કમળ સરખાં નેત્રવાળા, મણિમાળા પહેરી રહેલા, આયુર્વેદ એટલે વૈદ્યકથાજ્ઞતા પ્રવર્તક, અને વળી જન્મતા નામનું સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ માત્ર નાશ પામે છે, એવા શ્રી ધન્વન્તરિ ભગવાનને નમન કરે છું

"Mens sana in corpore sano" "પહેલું" મુખ તે જાતે નર્થા. "

પુસ્તક ૧૦ મું.]

મે ૧૯૧૭.

[અંક ૫ મો.]

THE VIS MEDICATRIX NATURÆ.

OR

THE HEALING POWER OF NATURE.

(BY DR. HARRY CAMPBELL.)

ONE of the first lessons the young physician has to learn—too many never learn it at all—is the limitation set by Nature upon his therapeutic measures. He has to grasp this primal fact—that She herself is the greatest physician, and compared with hers, his powers are feeble and insignificant. The potency of the *vis medicatrix naturæ*, the importance of relying upon it chiefly, of allowing it full scope, and not for ever, by fussy interference, impeding its beneficent action, was brought home to me early in my medical career. Disease is a variation from the normal stable state, and the organism shows a tendency to revert to that normal stable state when placed under normal conditions such as are afforded by warmth, fresh air, and suitable food. In each case the pendulum which has swung from the position of equilibrium tends to settle back in it, this backward swing in the case of disease being the work of the *vis medicatrix*.

"In other words, Nature is infinitely wiser in Medicine and Surgery (but especially in the former) than we are wont to conceive. She has a complete system of her own, and compared with her share in the healing process *ours is small indeed*. If once we get thoroughly imbued with this idea, and if we realize how crude and impotent are even our most delicate and successful methods compared with the efficiency and refinement of hers, we shall be the more inclined to trust to her wonderful healing power, always seeking to give it the fullest scope and scrupulously abstaining from lightly employing means of our own, lest unwillingly we interfere with her work and only hinder where we hoped to help. The surgeon is much less likely to err in this respect than the physician. He removes a piece of dead bone, pulls out a dead tooth, opens an abscess, and in all this he is acting in perfect conformity with nature's own methods, only doing quickly what she must perforce do slowly. But though in such cases the results are obvious, and unmistakable, how small and insignificant is the surgeon's share in them compared with Nature's! To Nature is assigned the infinitely more difficult task of repairing the injury inflicted by the operator himself in his effort at relief; and did she fail in her part the patient would assuredly die, in spite of the removal of the irritant, the primary source of all trouble. For, consider how violent is the injury which he inflicts; bone is shattered, muscle, nerve, and connective tissues are rent, vessels torn, blood is poured out in profusion—all is chaos and confusion. But under the *magic of Nature's touch* out of that chaos and confusion order is swiftly and unerringly restored; armies of cells are engaged in the work of repair; and silently, slowly, with an adaptation of means to end, a thousand times more exquisite than the utmost refinement of skill on the part of the surgeon, whose wrench, however deft, is coarse to brutality compared with Nature's imperceptible methods, the wounded tissues are repaired, and an architecture is built up again, infinitely more delicate and elaborate than anything that human ingenuity could devise. And all this is done so unobtrusively, unfalteringly, and painlessly, that we accept the ultimate result as a matter of course giving little or no thought to the means by which it has been effected. But if in Surgery the *vis*

medicatrix play so large a part, how vastly greater is that which it plays in Medicine? Here, in the large majority of cases, Nature effects the cure unaided, and even in those instances, in which the physician does good, his share in the healing process is but small. Take valvular diseases of the heart (on the treatment of which we are wont to pride ourselves), and consider the accurate re-adjustments which take place as regards hypertrophy and dilatation of the cardiac chambers, and changes in the valves themselves.

And so it is with every disease which the physician is called upon to treat. Nature puts into operation special curative methods of her own. There is, so to speak, a great physician resident in each organism—a body physician, in fact—who treats every illness in a special way, and we must beware that we in no way interfere with that wise healer, nor arrogantly seek to teach her a lesson; rather let us work with her on her own lines and with open mind humbly learn of her.... I am merely seeking to emphasize an important principle, and it will be sufficient if I call to mind what we have recently learned concerning the anti-toxins. And what does this amount to? What but that the organism actually manufactures and administers medicine to itself! All the great physicians of our time have grasped the fact—and it is more than half the secret of their greatness—that Nature is the chief healer, and that many diseases are recovered from quite as readily without treatment as with it. This is why it is generally found that, as the physician grows older, his methods become simpler, that he abandons drug after drug, method after method, and finally settles down into a plan or treatment which we can best characterize as based on the slightest possible 'interference with Nature.' The young physician, crammed with theory and all the "-ologies," not unnaturally attempts to put into practice the knowledge he has laboriously acquired, and but too often it is to the great detriment of his patients. Over-assiduous, or rather over-officious, with the officiousness of inexperienced zeal, he must for ever be intermeddling, seeking to force Nature's hand rather than, as he should to supplement her work. He is helmsman—so he ingeniously believes—of a storm-driven

ship in dangerous waters, and his is the task to steer clear of the rocks and shoals. Accordingly, daily, nay even hourly, he worries his poor patient with treatment of some kind; if temperature rises he must reduce it; if there is diarrhœa, he must stop it; or if there is profuse sweating, this also must be checked. Eventually the patient recovers, and the physician fondly deludes himself that the recovery is due to his skill; whereas in all probability it would have been as quick, perhaps quicker, if after a few simple directions the patient had been left to the ministrations of a good, sensible nurse."

From Dr. Harry Campbell's "*On Treatment*," as quoted by Dr. A. M. M. Mudaliar in his "*Home Hygiene*," and also in the "*Madras Standard*."

The Dangers of the Diagnostic Injection of Tuberculin.

Under the above heading "The Lancet" for November 18th, contains the following letter :—

To the Editor of "THE LANCET".

SIR,

By their interesting note in "The Lancet" of October 28th, on the "Occasional Absence of a Rise of Temperature following the Administration of Diagnostic Doses of Tuberculin to Tuberculous Persons", Dr. D. Forbes and Dr. C. W. Hutt have, I hope, hammered another nail into the coffin of the diagnostic injection. Probably they would have found a febrile reaction had they measured the temperature in the rectum every two hours (the night included) during the first 30 hours. Occasionally a tuberculous patient's temperature may be normal or subnormal all day, and may become febrile only for a short time about midnight. But if we accept the writers' contention as proven, the diagnostic injection, which practically every sanatorium physician of experience regards as very dangerous, is convicted of being misleading

also. I have known a hypodermic injection of a few drops of water provoke a typical tuberculin reaction: and if, on the other hand, a large dose of tuberculin occasionally provoke no febrile reaction in a tuberculous subject, why continue to play with this edged tool? It may, indeed, occasionally be necessary for the civilian practitioner to risk a diagnostic injection so as to convince the military authorities that a recruit is tuberculous. More's the pity, for there are plenty of cases on record in which rapid progress of the disease began directly after a diagnostic injection. The victim in such a case is surely entitled to feel almost as aggrieved as the mediæval ladies who established their innocence of witchcraft at the cost of drowning.

I am, Sir, yours faithfully,
Claude Lillingston.

Peppard Common, November 9th, 1916

From "*The Vaccination Inquirer*,"

December 1st, 1916.

Health Alphabet.

(BY ROY M. NIX AND J. FORD, BOONEVILLE, ARK)
(IN THE JOURNAL OF THE OUTDOOR LIFE)

- A** is for Aches, no one should own.
- B** is for breathing to give the lungs tone.
- C** is for Coughing, we must expel
- D** is for Dentist who keeps teeth good and well.
- E** is for Evils, foul air and dirt.
- F** is for Fresh air, abundance can't hurt.
- G** is for Grounds where boys and girls play.
- I**, for Infection from Public Drinking Cups.
- J** is for Joy in bubbling brooks
- K** is for Knowledge in rules of good health.
- L** is for Lungs, in soundness there's wealth
- M** is for Milk when it's quite pure.
- N** is for Nurses, your health to insure.
- O** is for Oxygen, you never find in crowds.

P is for Pencil, in the mouth not allowed.
Q is for Quiet, which all sick people need.
R is for Rest as part of our creed
S is for Sunshine in killing germs each day.
T is for tooth-brush, used three times a day.
U is for Useful health rules in the schools.
V stands for Value of learning these rules.
W, for Worry,—cut it out, it does harm.
X stand for Excess, do not indulge in any form.
Y stands for Youth, start now and grow strong.
Z stands for Zest —help the good work along.

સંન્યાસીનું રતોત્ર.

શ્રીમત્પરમહંસ પરિમાજઠાચાર્ય પૂજ્યપાદ બ્રહ્મલીન મહાત્મા શ્રી વિવેકાનંદ સ્વામીકૃત
 ઇંગ્રેજી કાવ્યનો અનુવાદ.

હરિગીત.

જે દૂરના સ્થાને કદાપિ ન વિશ્વબાધા વિચરતી,
 ધન, કીર્તિ, સુખ-આશા ન જેની શાંતિને સંકારતી;
 ત્યાં જ્ઞાનસરિતાનો પ્રવાહ પ્રબળ વેગે પ્રવહતો,
 જ્યાં સત્ય ને આનંદનો અવિકૃત પ્રભાવ સદા છતો;
 એવા મહા ધન વન અને ગિરિશુકામાં જન્મેલ તું,
 હે મંત્ર ! જાગૃત ધર્મ હૃદયમાં મોઢથી અતિ ખેલતું;
 ગંભીર સંન્યાસિન ! કહે ઉચ્ચ સ્વરે એ મંત્રને,
 છે નામ જેતું “ૐ તત્સત્ ૐ” એ સુખ તંત્રને.

સંસારમા જે નીચતાથી ગાધતા દુઃખે તને,
 તે કૃષ્ણ ને નિર્મલ્ય ધાતુનાં બનેલાં ત્વમ અને;
 ચલકાટવાળા સ્વર્ણનાં સંકાર જે જે બંધનો,
 સાઈં નકાઈં પ્રેમને ધિક્કાર, એ સહુ દૈવતનો—
 સંકાર કર મત્વર અને મનમાંહિ માની લે સદા,
 છે દાસ અંતે દામ-તે પરતંત્ર-મુક્ત નહિ કદા;
 હોયે બહો ને કનકતું, તોયે અવર બંધન ગણ્યો,
 તે લેશ દુઃખદ લોહ બંધનથી ન-માટે તે હણ્યો;
 સાહસી સંન્યાસિન ! પ્રબળ એ મંત્રના ઉચ્ચારથી,
 જે “ૐ તત્સત્ ૐ” નામે જ્ઞાત મળ અવિકારથી.

હૃત-અધકાર વિહાર, મિથ્યા વાંચનાને માર તું,
જે દાખવીને તેજ ઘસડે અધકાર-ધાર તું;
જીવન પિપાસા મારી દે, તે સર્વદા અથકાવતી,
સંભવ-મરણના ચક્રમાં, આત્મા બ્રમે ભટકાવતી,
મનનો વિજેતા તેજ સાચો ભવ વિજેતા માનજે,
આ વિશ્વ બાધાને ન તેથી કોઈ કાળે વશ થજે;
અવિકાર ને આનંદદાયક કર સદા તે જ્ઞાન જે,
છે “ૐ તત્સત્ ૐ” નામે મુક્તિમાં^૨ બહુ માન જે. ૩

“જે જેવું વાવે લણે તેવું,” એ ભવે બોલાય છે,
કારણ પ્રમાણે કાર્યનું પરિણામ પણ દેખાય છે,
પરિણામ ઉત્તમ કાર્યનું ઉત્તમજ નિશ્ચિત થાય છે,
ને અવરનું છે અવર, એ સંન્યાસ નહિ લોપાય છે;
ને રૂપધારી બંધનોમાં બદ્ધ રહે એ નિયમ છે,
પણ રૂપ નામ ઉભયથકી આત્મા પૃથક નિર્નિયમ છે;
આત્મા સદા છે મુક્ત ને તું તેજ આત્મસ્વરૂપ છે,
એ બાણી વદ તું “ૐ તત્સત્ ૐ” કે તદ્રૂપ છે. ૪

માતાપિતા, ભાઈ અને સંતાન મિત્ર વિલેદથી,
જે વ્યર્થ સ્વપ્નો દેખતા, તે બાળુતા સત્તે નથી;
છે બતિલેદવિહીન આત્મા, પિતા કોનો કોણ છે ?
વળિ પુત્ર કોનો, મિત્ર કોનો, શત્રુ કોનો કોણ છે ?
જ્યાં એકતાનો ભાવ છે, ત્યાં સર્વમાં આત્મા વસે,
અસ્તિત્વધારી કોઈ પણ આત્માથી ભિન્ન નહિ દિશે;
તે આત્મા તે તુંજ છે, ગંભીર સંન્યાસિન ! મહા,
વદ ભાવ પૂર્વક “ૐ તત્સત્ ૐ” જે છે બંધ-હા. ૫

છે એક તે સર્વત્ર જે છે મુક્ત-જ્ઞાતા-આત્મા,
તે રૂપનામવિહીન ને અકલંક સમ પરમાત્મા;
એમાંજ માયા છે વસી, જે સર્વ સ્વપ્નો દેખતી,
છે એજ સાક્ષી, એજ વળિ નિઃસર્ગ, જેની વિભા અતી;
તું બાણ કે, તું તેજ છે ને ગગનલેદક ગીતથી,
ઉચ્ચારજે તે “ૐ તત્સત્ ૐ” શબ્દો પ્રીતથી. ૬
જે વરતુના તું શોધમાં છે, મુક્તિ તેનું નામ છે,

તે આપવાનું મિત્ર કે સંબંધીનું નહિ કામ છે;
આ લોક કે પરલોકમાં, ત્યમ પુસ્તકે કે મંદિરે,
મળતી નથી એ સુક્તિ, મિથ્યા શોધમાં તેની ફરે;
ઉત્તિ-સુમાર્ગે ખેંચનારી દોરી છે તવ હસ્તમાં,
બંધન તજ દોરાઈ બને સુક્તિ માર્ગે પ્રશસ્તમાં;
ઉન્માદથી તું બોલેને ઉન્મત્ત સંન્યાસિન ! સદા,
તે “ૐ તત્સત્ ૐ” તો પામે કદા નહિ આપદા. ૭

ધર ભાવના એવી હૃદયમાં, ‘સર્વ શાંતિ પામજે,
કો પ્રાણીને મારા થકી લવ માત્ર દુઃખ નહિ થજે;
ઉત્તમ તથા અવનત સકળનો હું જ આત્મા એક છું,
આ લોક કે પરલોક-જીવનથી સદા વ્યતિરેક છું.
આ ભૂમિ, સ્વર્ગ તથા નરક, આશા અને ભય સંકળનો;
મેં ત્યાગ કરિને, મોદથી છે મંત્ર લીધો અકળનો;
એ ભાવથી બંધન બધાં કાપી, સદા ઉચ્ચારે,
તે “ૐ તત્સત્ ૐ” મંત્રજ સુક્તિનો અધિકાર જે. ૮

આ દેહ જીવે કેમ આલે, એ ન લેતો ધ્યાનમાં,
દે વિચરવા તેને સદા, કર્મોનુસાર પ્રયાસમાં;
અર્પે ભલે કો પુષ્પમાંના, દેહને કોઈ દમે,
ઉચ્ચાર્યો નહિ શબ્દ એકે, રાખવી નહિ હમગમે;
ન્યાં સ્તુત અને સ્તુતિકાર તેમજ નિંદા નિંદક એક છે,
ત્યાં સ્તુતિ અને નિંદાનું અસ્તિત્વ કદાપિ ન શક્ય છે;
એ ધારણાથી શાંત થા, ને બોલ સંન્યાસિન ! ખરે,
તે “ૐ તત્સત્ ૐ” જે તવ તાપ સઘળા પરિહરે. ૯

ધનનો પ્રતાપો લોભ ને વૈભવપિપાસા ન્યાં વસે,
ત્યાં સત્યનો સંચાર થાતો કોઈ કાળે નહિ દીસે;
શ્રીમાદિ જે જન હુખ છે, તે પૂર્ણતા નથી પામતો,
મોડે નંદાદરા પણ ધારિ જેણે, તે કદા ન વિરામતો;
કાર કર જી ગૃજદાથી બદ જે નર હોય છે,
અતેવાદાગમાંથી નીકળે નહિ કોય છે;
એ જે ને કંબંધનો, વદ ભાવિ મંન્યાસિન ? ભલે,
તે “ૐ તત્સત્ ૐ” નો, જે મંત્ર દોખ્યદ તે હવે. ૧૦
હો મિત્ર, સ્થાનને તું ગૃહ કેદાપિ ન માનતો,
આશય તને મળશે ન ક્યાંયે સુખદ કે મત માનતો;

આકાશ તવ ગૃહછત્ર છે, તૃણભાર તે શય્યા ખરી,
 ને લાગ્ય આપે વર અવર તે ખાન માટે લાખરી;
 જે સત્ય આત્મા જ્ઞાનથી નિઃરૂપને જાણી ગયો,
 તે જ્ઞાનપાન વિલેહથી છે સર્વથા મુક્તજ રહ્યો;
 પ્રવહંતિ સરિતરૂપ થા, નિઃકંઠી સંન્યાસિન્ તથા,
 તે “ૐ તત્સત્ ૐ” નો ઉચ્ચાર કર નાશે વ્યથા. ૧૧

સુષુ, સત્યના જ્ઞાતા તને થોડાજ મળશે માનવી,
 વિહારશે તેઓ તને જે છે મનુષ્યો દાનવી;
 પશુ કોપ તે માટે ન મનમાં કોઈ કાળે લાવવો,
 જઈ ભિન્ન ભિન્ન સ્થળ મહીં વિજ્ઞાનદીપ જગાવવો;
 સુખ કામના ને દુઃખની ભીતિ વિના સંસારમાં,
 માયા પટલ-અજ્ઞાનતમમાંથી મનુજ-ઉદ્ધારમાં,-
 યત્નો કરી સુષુ દુઃખથી તું રહિત સંન્યાસિન્ ! ખની,
 ધર ‘ૐ તત્સત્ ૐ’ ચિત્તે, લાવના એ મંત્રની. ૧૨

યાવત્ વિનષ્ટા કર્મસત્તા થાય પૂરી મૂળથી,
 ને મુક્ત આત્મા સર્વથા, ત્યજ મંત્ર એ નહિ ભૂલથી;
 અંતે ન રહેશે જન્મ મૃત્યુ, અહંત્વં એ ભિન્નતા,
 ને લાગશે ઈશ્વર મનુજની ભિન્નતાની ખિન્નતા,
 જે અહં તે સર્વ થશે, હું સર્વ છું, એ લાવના,
 આ વિશ્વ સઘળું બ્રહ્મભય છે, એ થશે પ્રસ્તાવના
 તું જાણકે તું તેજ છે, વિજ્ઞાનિ સંન્યાસિન્ ! લલા;
 એ “ૐ તત્સત્ ૐ” ની છે સૃષ્ટિમાં જાગૃત કલા. ૧૩

મૂળ ઇંદ્રિયમાં સખાયલા આ સંન્યાસિસ્તોત્રની પ્રાસાદિક રચના, તેમાં ભરેલા વૈરાગ્ય અને બોધ-
 વિષયક વિચારો, તેની કોમલ શબ્દશૃંગાર, યમકચાતુર્ય કટકાતુર્ય અને પ્રત્યેક પદના અંતે આવતો
 “ૐ તત્સત્ ૐ” એ મંત્ર, ઇત્યાદિ સામળીને પ્રેક્ષકોનાં મન એકએક આનંદથી સુપ્રસન્ન
 થઈ જાય. એથી ઇંદ્રિયના લોકોના હૃદયમાં સ્વામી વિવેકાનંદનો એવો પ્રમળ પ્રભાવ પડી ગયો
 કે, ભાગ્યેજ કોઈપણ વક્તાનો એવો પ્રભાવ પડ્યો હશે ભાષણનો પ્રાગ્જ થયો. શાસ્ત્ર, વિદ્યા
 અને જ્ઞાનના ઇન્દ્રિયના લોકો શ્રેષ્ઠ; અને વક્તૃત્વ, વૈરાગ્ય, આત્મજ્ઞાન અને ઇશ્વરના પ્રસાદમાં
 સ્વામી શ્રેષ્ઠ હતા, તેમજ સર્વયોગ, સર્વમક્તિ, સર્વશાસ્ત્ર અને સર્વતરંગોમાં જ્ઞાન શ્રેષ્ઠ મનાય
 છે, એ ત્રિપુટિનો અહીં એકજ યોગ થયો, એટલે સ્વામીના ભાષણની શ્રેષ્ઠતા કેટલી બધી
 હોવી જોઈએ, એની કલ્પના વાચકોએજ કરી લેવી કાળજી કે, મારામાં તેના વર્ણનની શક્તિ
 નથી. એ જ્ઞાનયોગ વિષયક વ્યાખ્યાનોની સખ્યા પદ્મની છે અને તેનો એક મોટો અંશ
 થયેલો છે.

વૈદિક પ્રાર્થના.

લેખક પંડિત ભોજાનાથ શર્મા—વરસોડા.

પજ્ઞાન્મતો દૂર મુદૈતિ દૈવં તદ્દુસુપ્તસ્ય તથૈવૈતિ

દૂરદ્ગમજ્યોતિપાલ્લવ્યોતિરેક તન્મે મનં શિવસંકલ્પ મસ્તુ

યજુર્વેદે અધ્યયઃ ૩૪. મંત્રે ૧

અન્વયઃ યત-જ્ઞામતઃ-દૂરં-ઉદૈતિ-દૈવં-તત્-ઽ-સુપ્તસ્ય-તથા-એવ-એતિ-દૂરદ્ગમ-જ્યોતિપામ્-એકં-જ્યોતિઃ-તત્-મેમનઃ-શિવ સંકલ્પમ્-અસ્તુ.

શુર્ભરીર્મા અતુવાદ.

મન્દાકાન્તા.

જે જાગૃતમાં ધડિપણ સમયે ૧ કોડો કોપ જાતું,

તે નિદ્રામાં “ અટલ સરખું ” ૨ શાન્તિને પ્રાપ્ત થાતું;

૩ આધાન્તાદિ સમય મહતું ૪ જ્યોતિતું જ્યોતિ સાઈ,

યાજ્ઞે એવું મનડું મહજે શુદ્ધસંકલ્પ—મ્હાઈ.

અર્થઃ—જે મન જાગૃત કાળમાં ધાણું દરતું દૂર ચાલ્યું જાય છે. તથા અન્ય ધન્દિયોને પ્રકાશ આપનાર છે—એજ મન નિદ્રામાં પાણું આવીને અવિચળ જેવું જણાતું લીન થઈ જાય છે. ધણાજ દરના જૂતકાળને એ જાણે છે. વર્તમાનને માણે છે. અને ભવિષ્યના ખ્યાલોને ગ્રહણ કરે છે. જ્ઞાન ધન્દિયોતું ચાલક છે. એક સ્વરૂપ છે. તે મ્હાઈ મન શુદ્ધ સંકલ્પવાળું થાઓ. અર્થાત્ જે જે પ્રકારે અમારી આધ્યાત્મિક આધિદૈવિક અને આધિભૌતિક સમુજ્જિતિ થાય એ પ્રકારના માર્ગમાં ગમન કરનાર—પ્રવૃત્તિમાન—થાઓ.

૧ અર્થાત્ ધણા દૂર પ્રદેશમાં ચાલ્યું જાય છે. એક પળમાં કરોડો ગાઉ દૂર ચાલી શકે છે.

૨ નિશ્ચેષિત ભાવવાળું થઈ જાય છે. જે હજારો ગાઉ જનારે જાગૃત કાળમાં હતું તેજ મન પાણું નિદ્રામાં એક ગાઉ પણ ચાલી શકે નહિ એવું કોઈ પણ પ્રકારની ચેષ્ટાથી રહીત થઈ જાય છે. જાણે પરમ શાન્તિના સાગરમાં ધોળી રહ્યું ટોચ એવું થઈ જાય છે.

૩ આદ્ય એટલે જૂતકાળ—આખી જન્દગાનીના તમામ જૂતકાળની ક્રિડાઓનું સ્મરણ કરે છે. વર્તમાન કાળના વિલામનાં સુખ માણે છે. તેમજ આશાજીવ્યાથી જંધાયેલા હજારો મંદસ્થો ભવિષ્યકાળ માટે કરે છે. એ ત્રણ મમયતું ગ્રહણ કરનાર મન છે.

૪ જ્યોતિ એટલે જ્ઞાનન્દ્રિયો અને એમનું જ્યોતિ એટલે પ્રકાશક.

શ્રી કાલજ્ઞાન.

(અનુસંધાન ગત વર્વના પૃષ્ઠ ૪૧૬ થી)

લેખક પંડિત લોખાનાથ શર્મા.

અરુન્ધતી ધ્રુવશ્રૈવ વિષ્ણુ ત્રીણિ પદાનિચ ॥

આયુર્હીના ન પશ્યન્તિ ચતુર્થ માતૃ મण्डलम् ॥ ૩૬ ॥

અર્થ:—અરુન્ધતીનો તારો તથા ધ્રુવનો તારો, વિષ્ણુના ત્રણ પદના નામે ઝોળખાતા તારાઓને જેઓનું આયુષ્ય ક્ષીણ થઇ ગયું છે અર્થાત્ જેમનું મરણ સમીપ આવ્યું છે એવાં માનવ જોઈ શકતાં નથી તેમજ એવા માતૃમંડલને પણ જોતાં નથી.

વિવેચન:—આકાશમાં સાત ઋષિઓના સાત તારા હોય છે. એમાંથી ખીજો તારો વસિષ્ઠઋષિનો હોય છે. તેમના સમિપમાં નાનકડો અરુન્ધતીનો તારો હોય છે એ તારાને જેમનું સમિપ મૃત્યુ છે તે જણુ જોઈ શકતા નથી એમ સર્વ ગ્રહમંડલ જેની આસપાસ ભ્રમણ કરે છે એવા ઉત્તરમાં રહેલા જે ધ્રુવનો તારો છે એને પણ સમિપ મૃત્યુવાળા જન જોઈ શકતા નથી. એમજ વિષ્ણુનાં ત્રણ પદને નામે ઝોળખાતા તારાઓને તથા માતૃમંડલના નામે ઝોળખાતા તારાઓને જેમનું મૃત્યુ પાસે છે એના લોકો જોઈ શકતા નથી.

“ આ સૌરાઓને જ્ઞાત ગુરુપાસેથી ઝોળખી લેવા ”

ઉત્થાનિકા:—આ પ્રકારે આધિદૈવિક પદાર્થોના અદર્શન ઉપરથી મૃત્યુકાળ જણાવીને આધિ ભૌતિક-શરીરાત્મક પદાર્થો ઉપરથી કાલજ્ઞાન ચિન્હ જણાવે છે.

અરુન્ધતી ભવેત્ જિહ્વા-ધ્રૂવો નાસાગ્ર મુચ્યતે ।

બ્રૂમધ્યેચ વિષ્ણુપદં તારિકા માતૃ મण्डलम् ॥ ૩૭ ॥

અર્થ:—અરુન્ધતી જીહ્વા થાય છે, નાસાનો અગ્રભાગ ધ્રુવ તારો છે બ્રૂકુટિનો મધ્યભાગ વિષ્ણુપદ છે. “ ચક્ષુ ”ના તારા માતૃમંડલ છે.

વિવેચન:—પંચ ભૂતથી ઉત્પન્ન થયેલા આધિભૌતિક શરીરમાં જીહ્વાનો અગ્રભાગ છે તે અરુન્ધતી છે. જીહ્વાનો અગ્રભાગ મુખથી બહાર કઢાડવો તે તરફ દૃષ્ટિ કરવી જે તે પ્રથમ નિર્ભય ચક્ષુપણથી જોઈ શકાતો હોય અને પછીથી જોઈ શકાય નહીં તે સમિપ મૃત્યુ છે એમ જણવું. આ શરીરમાં નાસિકાનો અગ્રભાગ છે તેને ધ્રુવતારો સમજવો. ગીતામાં કહ્યું છે કે સંપ્રેક્ષ્ય નાસિકાગ્રંસ્વં યોગી લોકોએ પોતાના મનને વશ કરવા માટે નાસિકાના અગ્રભાગને મટકાથી સ્પર્શિત નજરે જોવાનો અભ્યાસ પાડવો. પણ યોગીશોકો પોતાની હમેશાં ધ્યાન રચાનીયા નાસાના અગ્રભાગને જોતા નથી ત્યારે પોતાના દેહનો વિલપમાત્ર થવા સમય આવ્યો એમ જાણે છે. બ્રૂકુટિના મધ્યભાગમાં વિષ્ણુપદ સમજવું. બ્રૂકુટિનો મરોડ કરી દૃષ્ટિને ઉર્ધ્વ કરી અવલોકવી. ત્યાં રહેલી ભ્રમરો જે દેખી શકાય નહીં તેપણુ આસન મૃત્યુ સમજવું. તેમજ દર્પણમાં જોતાં જે પોતાના ચક્ષુઓની અદર રહેલી તારકાઓ જણાય નહીં તેપણુ સમીપ મૃત્યુ જાણવું.

હવે દર્દીઓની અવસ્થાનું વર્ણન કરનામાં આવે છે.

રસના કૃણા ભવેદસ્ય મુખંચૈ કુંકુમારુણમ્ ॥

ઈદદશં લક્ષણં વસ્ય તસ્ય મૃત્યુ ભવિષ્યતિ ॥ ૩૮ ॥

પ્રાગ્વાતં નૈવનિર્વાણં—ન વચ્ચં નૈવલેપનં

ક્રિયાસાધારણા પ્રોક્તા ઈદ્દોજ્જ્વર સંવૃતે ॥૪૫॥

અર્થ:—જ્વરના આરંભમાં તેને દવાની દેવાની ક્રિયા કરવી નહીં. એને માટે દવા કરવી નહીં તેમ લેપનાદિ પણ કરવાં નહીં. આમ જ્વરના પ્રથમજ દિવસે સાધારણ ઉપચાર કરવા પણ સખત ઉપચાર કરવા નહીં.

વિવેચન:—શરીરમાં વિજ્ઞતીય મળ ઉત્પન્ન થાય છે ત્યારે શરીરસ્થ અસિદ્ધેય તેને કઢાડી સુકવા પ્રયત્ન કરે છે, તેને ઘણા લોકો રોગ કહે છે. જે પરમાત્માએ શુદ્ધ મંદિર રૂપ કાયા ઉત્પન્ન કરી છે તેમાં મલિન તત્ત્વો રહી શકતાં નથી. વાગભટ્ટની પ્રતિજ્ઞા છે કે અજીર્ણ વિના રોગ ઉત્પન્ન થતો નથી. અજીર્ણ વિના વિજ્ઞતીય તત્ત્વોને જીવનતત્ત્વ બહાર કઢાડવા યત્ન કરે છે તે વખતે જ્વરની સંજ્ઞા ધારણ કરે છે. માટે કુદરતજ વૈધ છે. કુદરતની ક્રિયામાં આપણી દવા મેળવવી નહીં. ॥૪૫॥

વીંછીના ઝેરના ઉપાય.

(લેખક:—મંગળ. ગોંડલ.)

હું જેટલા માસમાં પોરબંદર ગયો હતો તે વખતે મારા એક અંગત સ્નેહી સાથે બહાર ફરી ઘેર આવતાં થંડી દવા લેવા બહાર ઓટલાપર ઝાઝમ નંબાવી તે ઉપર તકીયા ગોઠવતાં એક બીજો તકીયો લાઇ બાઇથીએ ગોઠવ્યો, તે ઉપર મને ખેસારવા ઘણો આચ્છ કયો પણ હું તો ત્યાં બેઠો નહિ એટલે બાઇ—મેહા કે ઠેઠ સાથગના મૂળ પાસે કંપક કરડ્યું. ઘણી તપાસ કરી છેવટે ઓટલાની કિનાર નીચે વિધુબાઇ જણાયા જેને હેઠે પાડી પ્રભુ દ્વારમાં પહોંચતા કર્યાં. હવે તો વેદના વધી. છેવટે રાતે દશ વાગે ચું મળે? છેવટે પિંછન કીલર કરડેલા બાગપર ખૂબ ધસ્યું અને ઉપર નીચે બંને બાજુ દોરીથી સખત બંધી. લીધી. એક, એ અને ત્રીજી વખતે અસહતાં હપ્પ મૂળસાથી અમે.

માખણ મસળવાથી, લસણ, મૂળાનો રસ મસળવાથી ઝેર ઉતરે છે. ઓટલાની જડ એક કાનમાં ઘુસાડે તો ફાયદો થાય.

હવે સુશી સુશી યુકી નાંખે તો ફાયદો થાય છે ને ઝેર ઉતરી જાય છે અને મેં પણ છેવટે ન ઉતરે તો તેમ કરવા ધારેલ હતું પણ મોઢાંમાં ધાંડે કે ચાંદુ ન હોવું નેહમ્ય.

ધોણવજને આવીને જે માણસને કરડ્યો હોય તેના કાનમાં કુંક મારવાથી ઉતરી જાય છે. મીઠું કે કટકડીના પાણીનું ટીપું આંખમાં તથા કાનમાં નાખવાથી ઉતરી જાય છે.

અકસીર અને ઉત્તમ ઇલાજ. સૂર્યગ એમોનીયાનું ટીપુ હંપ ઉપર લગાડવાથી તેજ ધમીએ ઉતરી જાય છે. મેં તે વખતે એમોનીઆની તપાસ કરાવી પણ આસપાસ મશ્યું નહિ તો દરેક તેની એક ઓંસની બાટલી રાખવી અવશ્યની છે. સર્પના ઝેર પણ ઉતારે છે. એમોનીયામાં પાણી મેળવી, ખસ, ખરગલું વગેરે ઉપર ઘુસાડે અમર કરે છે, માથાનો ફાળાવો મટાડે છે.

અંધસત્કાર.

(અનુસંધાન ગતારકના પૃષ્ઠ ૧૬૦ થી).

આ સાયંકાલ હું કદી પણ વીસરીશ નહિ. તે દિવસેજ મેં અમેરિકાની વ્યાવહારિક ધર્મની શાળામાં પ્રવેશ કર્યો. મારી આખી ખુશી ગઈ. મને પ્રતિત થવા લાગ્યું કે કોઈ મનુષ્ય માત્ર ધર્મ, ધર્મ, એવી જુમ પાડવાથી ધાર્મિક બનતો નથી. પરંતુ ધાર્મિકતાનો સંબંધ મનુષ્યના વ્યાવહારિક જીવનની સાથે છે. મજૂરી કોઈ પણ પ્રકારની હોય, પરંતુ જો તે પ્રમાણિતપણે કરવામાં આવે તો તેનો કરનારો નીચ બની જતો નથી. ખરેખર નીચ તો તે લોકોજ છે કે જે ખીનઓએ પેદા કરેલું ધન ઉડાવે છે, અને પોતાને ઉચ્ચ માને છે. તે લોકો નિર્લજ્જ છે કે જેઓ વાસણ માંજનાર મજૂરને ઘૂણાની દ્રષ્ટિથી જુએ છે. કામ-મજૂરી મનુષ્યને નીચ બનાવી શકતી નથી. નીચ તેજ છે કે જેનું અંતઃકરણ મલિન છે, જેને મોટા હોવાનો ધર્મડ છે, અને જે ધૈર્યનાં પુત્ર પુત્રીઓને પોતાના કરતા નીચ અને જુદાં માને છે.

“તે સાયંકાળને હું કદી ભૂલનાર નથી, ભૂલી શકું એમ નથી. તે સાયંકાળે મેં મજૂરીની મહત્તા જાણી. મને ઉચ્ચ વર્ણનું જે જુદું અભિમાન હતું તે દુર થઈ ગયું. હું મારા દેશના મજૂરી કરનાર લોકો પ્રત્યે પ્રેમ કરવા લાગ્યો અને એ પ્રભુની સમક્ષ પ્રતિજ્ઞા કરી કે હું તેમના ઉદ્ધાર માટે યથાશક્તિ પ્રયત્ન કરીશ.”

સ્વામી સત્યદેવે અનેક દુઃખો સુખરૂપ માની સહન કર્યા છે અને અંતે વિજય મેળવ્યો છે. સત્યદેવ લખે છે કે તે સાયંકાળ ને મજૂરીની મહત્તા કદી હું ભૂલી શકું એમ નથી. આ લેખના તંત્રીને પોતાના સત્તર વર્ષની વયમાં હજારો રૂપિયાના કરજને લીધે અને નોકરી મળવામાં પણ અનેક નિષ્ઠા આવતાં તેવા વખતે જે સંકટો સહન કરવા પડ્યાં છે. વળી હુંકે પગારની નોકરી મળ્યા પછી નિર્ધન અવસ્થાને લીધે કંઈ કંઈ વિકટ પ્રસંગોમાંથી પસાર થવું પડ્યું છે. તે દિવસો જ્યારે તંત્રી નોંધપોથીનાં પાના ઉઠેલી વાંચે છે ત્યારે આખેકુખ તે બનાવો દ્રષ્ટિ સમીપ ખડા થાય છે. દુઃખથી ડરી જઈ નાહિમ્મત થવાથી કે રોદણું રોવાથી કંઈ કંઈ નથી. એમ કરવાથી દુઃખનું બળ વધે છે. હિમ્મત અને મનોનિઘ્રહથી આખર દુઃખનું કંઈ સુખજ પ્રાપ્ત થાય છે એમ અનુભવ્યું છે. તંત્રીએ કેટલીક વખત આખી રાત નિદ્રા લીધી નથી. વૈદ્યકીય અભ્યાસ કરવામાં અને દિવસે સરકારી નોકરી કરવામાં અને ઝોશીમના ટાઇમ પહેલાં લોકોને દવા આપવામાં તથા સારવાર કરવામાં પોતાનો વખત કઢાડેલો છે. જો કે આ બધા શ્રમથી તંત્રી એક ધનવાન પુરુષની ગણનામાં નથી. તો પણ દુખના અને અડચણના પ્રસંગોમાં કેમ ટકી શકાય તેનો તંત્રીને સારો અનુભવ થયેલો છે. જીવનનું ખરૂં સુખ શામાં રહેલું છે તે સમજાયું છે. અને ધનવાન થવાથી જીવનનું સાર્યક છે કે આપણાથી બનતી મદદ આપી આપણા આત્મ બંધુઓનું દુઃખ નિવારણ કરવામાં રહ્યું છે તે સારી રીતે સમજાયું છે. ભારત ભૂમિમાં અનેક માણસો અસંખ્ય દરદથી પીડાય છે. દવાખાનામાં તહેવારના દિવસોમાં બસતા મેળાની પેઠે લોકો દવા લેવા દોડતા દૃષ્ટિએ પડે છે. તેઓ કુદરતી જીવનની મહત્તા સમજે અને તેવું જીવન, ગાળતાં શિખે અને અનેક રોગનું નિવારણ કરતી ડાયાબીટી કરતાં શિખે એવી તંત્રીની પ્રભુ પ્રત્યે પ્રાર્થના છે.

ઉપર પ્રમાણે સ્વામી સત્યદેવના અમેરિકાના પ્રવાસના વર્ણનમાંથી સાર લખવામાં આવ્યો છે. તે બે કે ત્રણ છે તોપણ તેમાં ઘણું જણવા અને શીખવા તથા અમલમાં મુકવા સરખું છે.

સ્વામી વિવેકાનંદ લાગ ગ્રીન્ને—અનુવાદક શ્રીસુત વસનંદે દયાસહ ગણાના. પ્રકાશક સરતું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય. આ પણ અતિ ઉપયોગી પુસ્તક છે. સ્વામી વિવેકાનંદે અમેરિકાથી સિંહલ દ્વીપ (લંકામાં) ઉતરી ત્યાંથી રામેશ્વર થઈને ભારતનાં અનેક સ્થળોમાં વિચરતાં હિમાલયના અભોરા સ્થાને પહોંચ્યા હતા. એ પ્રવાસ દરમ્યાન જુદાં જુદાં સ્થળોમાં તેમને અપાયલાં માનવનો, તેના તેમણે આપેલા પ્રભાવ પૂર્ણ પ્રત્યુત્તરો, તથા સ્વામીજીએ મદાસ પહોંચીને એ વ્યાખ્યાન આપેલાં ત્યાં સુધીનો ભાગ આ પુસ્તકમાં છે. સ્વામી વિવેકાનંદ જેવા મહાન અવતારી પુરુષનાં આપેલાં ભાષણો વાંચતાં આપણા જીવન ઉપર ચમત્કારિક પ્રભાવ પડે છે, એટલુંજ નહિ પણ આપણા વૈદિક ધર્મની મહત્તા અને સત્યતા માટેની ખાત્રી થાય છે. બિહુ અખંડાનંદ તરફથી આવાં વિવિધ ઉપયોગી પુસ્તકો જહાર પડે છે, તે બ્લેષ આનંદ થાય છે. તેમના સ્તુત્ય કાર્ય માટે તેમને ધન્યવાદ ધરે છે.

વનિતા વિનોદઃ—એ નામના માસિકના ૩૦ વર્ષના અંક ૨-૩ અમને મળ્યો છે. અધિપતિ અને માસિક માસ્તર કાસમભાઈ સુલેમાન કહીંગ વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૧-૮-૦ છે સ્ત્રીઓને ઉપયોગી થાય એવાં માસિકની ઘણી ખેટ છે તેથી આ કાસમભાઈનું કાર્ય સ્તુતિપાત્ર છે.

સ્ત્રી સુખ દર્પણ સચિત્ર આલિકા માસિક—પ્રથમ વર્ષનો પ્રથમ અંક રા. રા. દેવચંદ દામજી શેઠ, તંત્રી—આલિકા અને લૈન માસિક, એમના તરફથી અમને મળ્યો છે. હિંદ માટે પોષ્ટેજ સાથે વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૩-૦-૦ પરદેશ માટે રૂ. ૩-૮-૦ છે. આ માસિકમાં પ્રારંભથીજ ઉત્તમ પ્રકારના લેખો લખાયા છે. સ્ત્રીઓમાં ધર્મ અને નીતિના યાનનો પ્રસાર કરવામાં ઘણું અંશે દેશોદ્ધાર છે. મી. દેવચંદભાઈના આ સત્કાર્યના સાહસ માટે તેમને ધન્યવાદ ધરે છે.

વૈષ્ણવધર્મ પતાકા—સંપાદક અને પ્રકાશક પંડિત માધવ ચર્મા, ચંદાવાડી મુંબઈ. વાર્ષિક લવાજમ પોષ્ટેજ સાથે રૂ. ૨-૦-૦ આપણા દેશમાં બાધ્યાવસ્થાથી બાલકોને સ્વધર્મનું શિક્ષણ આપવામાં આવતું હતું એથી દરેક વર્ણનાં બાળકો પોતાના વર્ણશ્રમ ધર્મનું યથા-સ્થિત પાલન કરતાં હતાં. હવે જમાનો બદલાઈ ગયો છે, બાળકોને સ્કુલ કે કોલેજોમાં શિક્ષણ આપવામાં આવે છે, તેમાં ધર્મનાં પુસ્તકોનો અભ્યાસક્રમ રાખવામાં આવતો નથી જેથી ધર્મ ઉપરની આસ્થા દિનપર દિન કમી થતી જાય છે. એટલુંજ નહિ પણ આપણા વૈદિકધર્મની મહત્તા અને સત્યતા માટે તેમને સંપૂર્ણ જ્ઞાન ન મળવાના કારણથી ઘણા પરધર્મનો સ્વીકાર કરે છે. તેથી આવા ધર્મ સંબંધી માસિકોની ખાસ જરૂર છે. રા. રા. પંડિત માધવ ચર્માનો આ પ્રયત્ન સ્તુતિપાત્ર છે.

રક્ત—લેખક રાધાવલ્લભ વૈદરાજ, સંપાદક આરોગ્ય સિન્ધુ. પ્રકાશક બકિલાલ શુભ, મેનેજર ધનંતરી કાર્યાલય, વિન્યમઢ. એમના તરફથી અમને મળ્યું છે. આ પુસ્તકમાં રક્તની ઉપયોગીતા, રક્તની બનાવટ, રક્ત શી રીતે જીને છે, રક્તનું સંગ્રાહન, રક્તના અંગ પ્રત્યંગનું વર્ણન હાલની નવીન શોધોના આધાર સાથે લખવામાં આવ્યું છે. મૂલ્ય રૂ. ૦-૩-૦ છે.

ઔપચારિક સન્નિપાત (પ્લેગ)—લેખક રાધાવલ્લભ વૈદરાજ વિન્યમઢ જુહા અલીમઢ. પ્રકાશક બકિલાલ શુભ, મેનેજર આરોગ્યસિન્ધુ વિન્યમઢ. આ પુસ્તકમાં પ્લેગનું આપવૈદ્ય મતાનુસાર વિવેચન, તે દેહાવાનાં કારણ, પ્લેગ એ કયો રોગ છે, પ્લેગનું નિવાન

તાવ, ઇત્યાદિ બચકર રોગો થઈ બાળક મરણને શરણ થાય છે.

પુષ્કવચનાં બળવાન અને નીરોગી માણસ પણ દિવસમાં બે અથવા ત્રણ વખત બોજન લે છે; અને તે કરતાં વધારે વખત તેને બોજન કરવાની બાગ્યેજ જરૂર પડે છે. કારણ તેને ખોરાક પાચન કરવાને હોજરીને ચાર પાચ કલાક લાગે છે. છતાં ધાવતાં બાળકને તેની માતા દિવસમાં ઘડીએ ઘડીએ સંખ્યાબંધ વખત ધવરાવે છે તેથી તે બાળકની હોજરીમાં અવ્યવસ્થા થઈ તેને અનેક રોગ થાય છે.

બાળકને પેટમાં અપચાથી ચુંક આવતી હોય ને જો રૂવે તો માતા તુરત તેને છાતુ રાખવા ધવરાવે છે, અને અજીર્ણમાં વિષ બોજન જેવું કરે છે. કાનમાં દુઃખતું હોય, માથું દુઃખતું હોય, કે બીજી બાધિ થયો હોય કે તાવ આવવાથી બાળક રડતું હોય તો પણ તેનું ઔષધ તો તેની માતા તેને ધવરાવવાનુંજ સમજે છે. અને આવા અવિચારી કામથી અનેક રોગોને આમંત્રણ કરે છે.

બાળકોને નાનપણમાંથી જ ટેવ પડી હોય તે મોટપણમાં ૬૬ થઈ જાય છે. જે કેટલાંક સ્થળે એવાં બાળકો જોયાં છે કે તે સવારમાં ઉઠ્યા બાદ્યાર કેટલીક વાર રડે છે. અને તેની માતા તેને ઉઘાડવા સાદ જોરબંધ થોડીયાને હાંચકા નાખતી અને ધમકાવતી હોય છે. અગર તો રીસ ચઢાવી તેના સૂતેલા બાળકને ખોઘ્યાની બહારથી લપડાકો મારતી અને ગાળો બાંડતી હોય છે. બાળક પણ માતાપિતાને મનોભાવ તે છે કે નાનું હોય છે ત્યારથી સમજે છે. ચાર છ માસનાં બાળકને આપણે પ્રીતિથી ખેળામાં લઈ તેને હસાવવાનો પ્રયત્ન સુખાકૃતિથી કે બીજી રીતે કરીએ છીએ તે જાવ સમજી તે હસે છે. તેજ પ્રમાણે તેને ધમકાવીએ છીએ કે કોઈ ચઢાવી તેના તરફ કરડી નજર કરીએ છીએ તો તે રોવા લાગે છે. વિચારનાં આદેશોનોત્તર અસર દરેક પ્રાણી પદાર્થ ઉપર થયા વિના રહેતી નથી. બાળકોને જો નિયમિત સમયે ધવરાવવાની, નવરાવવાની કે, ઉઘાડવાની ટેવ પડી હોય તો તેજ વખતે બાળક ધાવવા માટે કે ઉઘવા માટે પોતે બોલી ચકતું ન હોય તોપણ પોતાનો બાવ રોષને બતાવી શકે. પરંતુ માતાઓ તેમ કરતી નથી. બાળકને રાતે પથારીમાં સોડમાં લઈ સુષ જાય છે. તેથી બાળક વારંવાર ધાવ્યા કરે છે. માણસ જેમ ખા ખા કરે છે તેમ તેમ તે અત્યાહારી થઈ જાય છે, તેમ બાળકની પણ તેવીજ સ્થિતિ થઈ જાય છે. રાતે વધારે ધાવવાથી તેનું પેટ તડાતુમ જેવું થાય છે, સવારમાં અજીર્ણ જણાય છે અને ઝાડા વગેરે થાય છે. કેટલીક સ્ત્રીઓના સ્તન ઘણાં મોટાં હોય છે. રાતે નિદ્રામાં બાળક ધાવતું હોય તે વખતે તેના મોં ઉપર વજનદાર સ્તનનો ભાર પડવાથી કેટલીક વખતે બાળકને શ્વાસારોધ થઈ ગુંગળાવાથી મરણ નિષ્કળ્યાના દાખલા પણ મળી આવે છે. ગાય બેંસનાં વાહજરણે પણ ગાય બેંસના ઓચળમાં જેટલું દુધ હોય તેટલું અધુ એકદમ ધવરાવવામાં આવતું નથી કારણ કે તેમ કરવામાં આવે તો તેને આદરો ચઢે છે (પેટ ચડે છે) અને માંદ પડી જાય છે.

બાળકોને ઉછેરવા સંબંધીના અચાનકે લીધે બાળક સુધી તત્તીને જે જે દુઃખદ અનુભવો થએલા છે તેના પ્રબળતામાં બીજાને પણ અવસ્થ થએલા હોવા જોઈએ. કારણ આવા અચાનકના પરિણામે બાળકની વસ્થામાં બાળકો અતિસાર વરાધ કે તેવાંજ બીજા બચકર દર-દાથી દુઃખી થઈ શુનરી જતા તેમના જીવામાં આવ્યા હશે.

સુયોગે ઠાં. મહાદેવપ્રસાદે અમદાવાદમાં નવ જીવનાલયની સ્થાપના કરી અને નૈસર્ગિક પદ્ધતિથી રોગો નિવારણ કરવાની શરૂઆત કરી ત્યારથી આ વિદ્યા તરફ મારે ધ્યાન પશુ ખેંચાયું, અને બાળકોને વિવિધ પ્રકારના રોગ શા માટે થાય છે અને ઇલાજ બાળકો બાર મહીના કે બે વર્ષનાં થતા પહેલાં કેમ ગુજરી જાય છે તેનાં કારણો, સમજવા માટે એ સંબંધીનાં પુસ્તકો વાંચી અનુભવ કરવા મારે મન દોરાયું, અને તેમની નેચરોપેથીક લાય-બ્રેરીનાં પુસ્તકો ઉપરથી મેં કેટલીક માહિતી મેળવી. પરંતુ એ વાતની સત્યતાનો અનુભવ કર્યાં સિવાય પુસ્તકમાં લખેલી વાતોની પુરી ખાત્રી થાય નહિ એ સ્વાભાવિક છે.

પરમકૃપાળુ પરમાત્માની કૃપાથી મારી વડીલ પુત્રી અ. સૌ. કાન્તાલક્ષ્મીને સંવત ૧૯૭૧ ના મહા માસમાં પુત્રનો જન્મ થયો. સગર્ભાવસ્થાના આરંભથી તે પ્રસવ થતાં સુધી લોંબુનો રસ દરરોજ ઠંડા પાણી સાથે ઘોડી ખાંડ નાખી તેને પીવા આપતા હતા જે ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને ઇલાજ કાયદાકારક અને જન્મનાર બાળકને પણ નીરોગી બનાવનાર છે. લોંબુના અમૂલ્ય ગુણો સંબંધે અમોએ “ધન્વન્તરી” માસિકના પ્રથમ વર્ષના માર્ચ એપ્રિલ ને મે માસના ભેગા અંકમાં લખેલું છે. તેના રસનું યથાવિધિ પાન કરવાથી પ્રસવ કાળમાં બીલકુલ વેદના થતી નથી. લોંબુના સંબંધમાં હેરીએટ એમ મેકડોનલ્ડ નામની એક સ્ત્રી પોતાને જે અનુભવ થયેલો તેનો સાર નીચે પ્રમાણે આપે છે:—“તે લખે છે—કે મને પ્રથમનો ગર્ભ રહ્યો ત્યારે મારી નજરમાં આવે તે ખાતી તેથી સવારમાં હમેશાં મારી તળીયત નરમ રહેતી. પ્રસવ સમયે ત્રણ દિવસ અને રાત્રિ મને અખડ તાવ રહ્યો હતો અને પ્રસવેલી પુત્રી દુર્બળ, મંદાશિના રોગવાળી, અને નિત્ય માંદા જેવી રહેતી. બીજી વખતના ગર્ભ વખતે મારા મનમાં નક્કી થયું કે આ સમયે હું પ્રસવ થયા પછી બાગેજ બચીશ. એટલામાં મારી એક બહેનપણીએ કળના ગુણ સંબંધીનું એક પુસ્તક મને વાંચવા આપ્યું. તેમાં લખ્યું હતું કે ગર્ભવંતી સ્ત્રીઓએ કળના આહાર ઉપર વિશેષ કરીને રહેવાથી તેમને બહુ સુખપૂર્વક પ્રસવ થાય છે, નીરોગ બાળક અવતરે છે, અને પ્રસુતાને ૨૦ થી ૩૦ દિવસ રોમાવશ રહેવું પડતું નથી. મેં તત્કાળ કળનો ઉપયોગ કરવા માંડ્યો અને તેમાં વિશેષ કરીને ખાટા લોંબુનો છુટથી ઉપયોગ કર્યો. હું લોંબુનો રસ કાઢતી અને તેમાં સહેજ ખાંડ નાખીને પુષ્કળ પીતી. આનાથી બહુજ અસરકારક ફાયદો થયો. ગર્ભવંતી સ્ત્રીઓને જે મોળ આવે છે, ઉલટી થાય છે, સવારમાં ફેર આવે છે, મૂત્રાશયમાં પીડા થાય છે, અને એવાં એવાં વિવિધ ચિન્હો જણાય છે તેમાંનું એક પણ જણાયું નહિ. મને પ્રસવનું કષ્ટ માત્ર અશ્વજ જણાયું જરવર આવ્યો નહિ, કે શરદી જણાઈ નહિ. નવમા દિવસે તો મેં શેયાનો ત્યાગ કર્યો અને તેરમા દિવસે ગાડીમાં બેસી બહાર ફરવા ગઈ. અને પ્રસવેલા પુત્ર સુધૃષ્ટિ અવ-યવવાળો અને નીરોગ હતો. પ્રતિભાસે વજનમાં તે બશેર વધતો. અદાર મહિનામાં તે તેની બહેન જે તેના કરતાં એક વરસ મોટી હતી તેટલા વજનનો તે થયો. પાંચમે વરસે મારી પાંડોચના સાત વર્ષના છોકરાથી પણ તેનું વજન વધારે હતું.

એ પ્રમાણે કળનો ઉપયોગ ત્યાર પછી મહારા ગામની અનેક સ્ત્રીઓએ કર્યો અને તે સર્વેને અત્યંત ફાયદો જણાયો. કેટલીક સ્ત્રીઓને ગર્ભ રહ્યા પછી ૭ મહિને આ વાતની ખબર પડતાં તેણે એટલો મોડો કળનો ઉપયોગ શરૂ કર્યો પરંતુ તેમને પણ તેનો ઇલાજ જણાયો. મારી બહેનપણીને પૂર્વે પ્રસવ સમયે બહુજ કષ્ટ થયું હતું ને તેને બે બાળક થયાં હતાં. બન્ને વખતે નેને જે કષ્ટ થયું હતું તેના સ્મરણથી ત્રીજી વખતે ત્યારે તેને ગર્ભ રહ્યો

ત્યારે તેણે મને કહ્યું કે આના કરતા મહાર્ મૃત્યુ થયું હોત તો સાફ હતું. મેં તેને તત્કાળ મારો અનુભવ કહ્યો. તે વખત શિયાળોનો હતો અને ફળની ખટુજ અછત હતી; તોપણ તેણે લીધુની એક પેટી ગમે તેમ કરીને પણ મંગાવી નવમાસ સુધી તેણે રોજ બે ત્રણ લીધુનો અખંડ રસ વાપર્યો. વળી તે મિતાહાર મેવતી તથા કસરત પણ કરતી. પરિણામ એ આપ્યું કે તેને પ્રસવ સમયે ધણુંજ ન્યુન કષ્ટ થયું, અને ત્યાર પછી પણ તેણે સત્વર શિયાળો ત્યાગ કર્યો. તેનો પુત્ર હમણાં પાંચ વરસનો છે, અને તે કેવળ નીરોગી અને સુદૃઢ શરીરનો છે. તે અમરેથી ચોતાની મેળે રસને પીતો થયો છે, ત્યારથી તેને નિત્ય ફળનો રસ પાવામાં આવે છે, અને તે એક દિવસ પણ માંદો પડતો નથી. આરોગ્યને માટે ફળનો રસ પીવાને હું સર્વ સ્ત્રીઓને આગ્રહથી બલામણુ કરું છું. આ પ્રમાણે તેણે લીધુના ગુણનું સ્વાનુભવથી વર્ણન કરેલું છે. ” છેલ્લામાં છેલી શોધથી સાબીત થયું છે કે લીધુનો રસ ઝાણમાં ઝાણો કે પાણીસાથે મેળવીને લેવાથી શરીરને ધણેજ ફાયદો થાય છે. લીધુના માત્ર ગર્ભ ભાગમાંથીજ રસ કઢાડવો એટલુંજ નહિ પરંતુ તેની છાલ કે જેમાં સુવાસ રહેલી છે, અને જેમાં કંઈક ઉત્તેજકપણુ રહેલું છે તે પણ નીચેની કાઢવી જોઈએ.

સંવત ૧૯૭૧ માં અને તે પૂર્વે કેટલાંક વર્ષથી અમે અમદાવાદમાં કાંકરીઆ ટેન્ક ઉપરના “ નવજીવનાસય ” ના બંગલામાં રહેતા હતા, આ જગા ખુલ્લા મેદાનમાં હતી. અને તે સ્થાનમાં પુષ્કળ ચોક્કામી હવા આવતી હતી. પ્રસૂતિ કાળ પહેલાં ઘણા લાંબા વખતથી મારી પડીલ પુત્રી પણ આજ સ્થાનમાં અમારી સાથે હતી. લીધુના ઉપયોગથી પ્રસૂતિ વખતે તેને અત્યંત કષ્ટ થયું હતું. આપણા દેશમાં પ્રસૂતા સ્ત્રીઓને સવાસેર સુધી સુઠ ખવરાવે છે, હવેળાનું ચાટણું કરે છે, પ્રસૂતિકાળમાં અનેક જાતના કાઢા પાપ છે, હીરાખોળ ગળાવે છે, અને શીરા જેવાં બારે પદાર્થ પ્રસૂતા સ્ત્રીને આપવામાં આવે છે. આવા બારે ખોરાકની અને ગરમ આપણોની કુદરતે પ્રસૂતા સ્ત્રીને માટે ખાસ જરૂર રાખી હોય એ કુદરતી કાયદાથી વિરૂદ્ધ હોયુ જોઈએ, એમ મને તથા ડૉ. મહાદેવપ્રસાદને લાગવાથી અમે તેવી અલાજલા પેટમાં નાખવાને યોગ્ય ધાર્યું નહિ. તેથી મારી પ્રસૂતા પુત્રીને અમે દુધ, ચોખા, રોટલી, દાળ, વગેરે હલકા ખોરાક પત્રી શકે તેટલોજ આપતા. તેણે નવચંક પણ સુંક ખાધી નથી. જન્મેલો બાળક નીરોગી અને મશક્ત છે, જન્મ્યા પછી તેને નિયમિત વખતેજ ધવરાવવાનો પ્રયત્ન રાખ્યો હતો. એટલે દિવસ રાત્રિમાં મળી ચાર કે વધારેમાં વધારે પાંચ વખતજ તેને ધવરાવતા હતા. તે માસ દોઢ માસનો થયો નહોતો તે પહેલાં તેને કોઈ કોઈ વાર બે ત્રણ દિવસે જાડો થતો; એટલે બધકોશ જેવું જણાતું હતું. ડૉ. મહાદેવપ્રસાદનો તથા મારો નિશ્ચય હતો કે તેને હવા આપવી નહિ તેથી તેને સાફ દરત થવા માટે ક્યા ફળનો રસ આપવો એ સંબંધે વિચાર કર્યો. છેવટ તે એવા નિશ્ચય ઉપર આવ્યા કે તેને નારંગીનો રસ મધ અને પાણી નાખી આપવો. પછી તેને નારંગીનો રસ તેમાં થોડું પાણી મેળવી ૩ ૦ ભાર મધ નાખી બાળકને દુધ પાવાની શીશીમાં ભરી તેને આપતાં તે ચુસીને પી ગયો અને બે કલાકની અંદર તેના પેટમાંથી મળ પલળીને બહાર નીકળ્યો. અમને આ પ્રયોગ ધણેજ ઉત્તમ લાગ્યો. અ્યારે તેને બધકોશ જેવું જણાતું ત્યારે અમે તેનો આજ ઉપાય કરતા. સુરાવડવા દિવસોમાં મારી પુત્રીને પત્રી શકે તેટલા ધીરાળો ગમે તે ખોરાક અમે આપતા પરંતુ તે પચાવવા માટે ગરમ દવાઓ અમે આપતા નહિ.

બાળકને બધકોશ માટે ઘણે જાગે પ્રત્યર્ગ દીવેલ ને મધ ક્રિયા એળાથો, સોનાપુખીનો કાંદો, કે એવીજ રચક દવાઓ આપે છે. તેથી બાળકના કુમળા આતરડાં ઉપર ખરાબ અસર

થાય છે, અને તે નયનાં પડી જાય છે, તેથી મોટી ઉમર થયા પછી જીલાળની સખ્ત દવાઓ કે મોટા ડોઝ આપ્યા છતાં પણ દસ્ત ખુલાસે થતા નથી, બધકોશ પરે છે અને ડીસ્પેશીયા (અછર્ણુ રોગ) ના દરદનાં ભોગ થતાં ઘણાં મૃત્યુઓ જોવામાં આવે છે. છ માસની ઉમર પહેલાં તેને કેટલાક દાંત આવ્યા હતા, અને દાંત પછી દાંદો પણ આવી હતી છતાં તેને દંતોદ્ભવ વ્યાધિ કષ્ટ થયા નહોતા. તેને છ માસની ઉમર થયા પછી જ્યારે અમને એમ લાગતું કે તેના પેટમાં મળ સંચય થયો છે ત્યારે અમે તેને એનીમા (પીચકારી) થી ઝાડો કરાવતા. તાવ જોવા આગતુક રોગ માટે અમે કુદરતી ઉપચાર કરતા પરંતુ તેના પેટમાં કોષ્ઠપણુ જાતની દવા નાખતા નહિ. આ બાળકનું નામ અમે રવીન્દ્ર પાડેલું છે. તેને નાનપણમાંથી રોવાની ટેવ નહોતી. નિદ્રાનો વખત થયો હોય કિંવા બુધ લાગી હોય તે વખતે રહેતો તેથી અમને તેના ધાવવાના કે સુવાના વખતની યાદ આવતી. ઉઠ્યા પછી તે આનંદથી રમવા લાગે છે. અમારા નવ જીવનાલયમાં ફોનોગ્રાફ હોવાથી તે આનંદથી પાંચ મહિનાનો હતો ત્યારથી તેને આનંદ થાય માટે ફોનોગ્રાફનું ગાયન તેને મંભ-જાવતા હતા તેથી જેમ જેમ તેની ઉમર વધતી ગઈ તેમ તેમ તેને ગાયન ઉપર પ્રીતિ વધતી ગઈ. અત્યારે પણ કોઈ ગાતું હોય તે વખતે પોતાની આંગલીઓ પાટીયા પર કે જમીન પર મુકી તાલબંધ હલાવે છે. તે ત્રણચાર માસનો હતો તે વખતથી ડૉ. મહાદેવ પ્રસાદ તેના પગ ઝાલી તેને ઉઘે માથે લટકતો રાખતા તેથી તેની કસરતની તેને ટેવ પડી ગઈ છે. તેના બે હાથ પકડ્યા હોય તો તેની વચ્ચેથી માથું કાઢી તે ગુલાંટ ખાઈ જાય છે. તે ચારમાસનો હતો તે વખતે તેને વીસનગર લાવ્યા હતા. તેને પલંગ પર કે પથારી પર સુવાડીને શાન્ત નિદ્રા લેવા માટે “મેસમેરિક (હિપ્નોટિક) સન્થેશન” એટલે માનસ ઘોતનો આપતા એટલે તે આંખો મીચી નિદ્રા લેતો હતો. આપણા હાથની મુઠીયો વાળા જોરથી દબાવી આપણે તેને તે પ્રમાણે કસરત કરવા કહેતા તો તે પણ તેમ કરતો હતો. તે જ્યારે ખારમાસ અંદરનો હતો તે વખતે મુખમાં પાણીથી ભરેલી ડોલ તેણે ઉપરથી ઝાલવાની ગોળ દમાનથી પકડી રાખી હતી અને ઉંચો કરતાં પણ તેણે પડ્યા દીધી નહોતી. એકંદર રીતે તે ખુદલી હવામાં ઉછરેલો છે તેથી તેને ખુદી જગામાં રહેતું ફરતું અને કુદતું વધારે પસંદ છે. દોઢ વરસ ઉપરાંતની ઉમરનો થયા પછી ઠેલણ ગાડીને બદલે ઘરમાં તે ખુરસી અને આરામ ખુરશીને ધકેલી તેની ગાડી કરતો હતો છતાં અમે તેને રોકતા નહોતા. માથાપો બાળકને “આ કામ તારાથી નહિ થાય, અમુક વસ્તુ તારાથી ન ઉપાકાય, અથવા નીસરણી ઉપર ચઢીશ તો પડી જાય, તને વાગશે,” ઇત્યાદિ શબ્દો કહે છે તેમ ન કહેતાં તેને તે કામ કરવા દેતા અને પડી જાય કે વાગે નહિ તેને માટે હમેશાં દંખરેખ રાખતા. બાલકોને કુદરતી રીતે ઉછેરવાથી કેટલો લાભ છે તેનો અનુભવ કરે ખાત્રી થશે. કામની પ્રવૃત્તિથી અને વખતના સંકેતને લીધે અમારાથી જોધએ તેટલું તેને ઉછેરવા તરફ ધ્યાન અપાયું નથી. તોપણ અમને જે જીજ્ઞસુ અનુભવ થયો છે તે અમે આ લેખમાં આપ્યો છે, અને તેમાં જરા-પણુ અતિશયોક્તિ કરી નથી. તે આખો દિવસ આનંદથી રમે છે ફરે છે અને ઘરનાં માણુ-સોને ઘણા આનંદ આપે છે. યુરોપ અમેરિકાના સમર્થ વિદ્વાન અને શોધકોનું બાળક ઉછેરવા મંત્રધે ધ્યાન ખેંચાયું છે અને તે સંબંધીનાં ઘણાં પુસ્તકો લખાયાં છે. પ્રાતઃકાળ મામિકના તંત્રી રા. રા. પડિત જગન્નાથ પ્રભાસંદર એમણે બાલ સંવર્ધન નામનું પુસ્તક લખ્યું છે. તેના પ્રકરણ ૧૮ મામાં ડૉ. સી. ઇ. પેન્ડ, એમ. ડી. ના બાળકને ઉછેરવા મંત્રધના પ્રસિદ્ધ થયેલા અનુભવો ઉપયોગી હોવાથી અમે અત્રે દાખલ કર્યા છે.

તે સંબંધી ડોક્ટરોના મત, પ્લેગની અવસ્થા, પ્લેગ ચિકિત્સા, પ્લેગના કારણની નિવૃત્તિ, હવા વિષ રહિત કરવાના પ્રાચીન શાસ્ત્રીય ઉપાય, સ્થાન અને ભૂમિ, પ્લેગથી બચવાના સાધારણ નિયમ, પ્લેગની રસી, આધારણ ઉપચાર, પ્લેગની ગાંઠની દવાઓ, જ્વરનાશક પ્રયોગ, મર્ચો-તરક્રિયા, એ રીતે વિષયોનું સાફ વર્ણન કરેલું છે. દિ.મંત. રૂ. ૦-૪-૦ છે. રા. રા. સધાવપત્ર વૈદ્યરાજે આયું ઉપયોગી પુસ્તક લખવામાં બારે શ્રમ લીધાનું પુસ્તક વાંચતાં જણાય છે.

ચિકિત્સક—એ નામના માસિક પ્રથમ વર્ષના ૧-૨ અમને મળ્યા છે. પ્રકાશક રાજ-વૈદ્ય કિશોરીદત્ત શાસ્ત્રી વાર્ષિક મુલ્ય ૮પાલ અર્થ સાથે રૂ. ૧-૪-૦ આ માસિકના અંક ૧-૨ વાંચતાંજ તેની ઉપયોગીતા માલુમ પડે છે. રોગોત્પતિનું મુખ્ય કારણ મીઠા આહાર વિહાર છે. તેથી આપણે જે જે આહાર ગ્રહણ કરીએ છીએ તેના ગુણ દોષ જણવાની જરૂર છે. રાજવૈદ્ય કિશોરીદત્તે પ્રથમ અંકમાં જ્વર, ઘર્ષ, ચણા, બાજરી, મઠ, એ ધાન્યોના ગુણ દોષનું વિસ્તાર પૂર્વક વર્ણન આપ્યું છે તે પછી જ્વર નિવારણ માટેનાં ચૂર્ણ, ગુટિકા, પેષ, જ્વરદ્ધ પાચન, વગેરે ઉત્તમ ઉપાયો વર્ણવેલા છે. તે સિવાય અન્ય લેખો પણ છે. બીજા અંકમાં પણ મગ, અડદ, તુવેર, એકલા વગણા, મકાનના ગુણ દોષનું વિસ્તારશ વર્ણન છે. તે સિવાય અન્ય પણ વિદ્યતા લખ્યાં ઉપયોગી લેખો છે. વૈદ્ય વિદ્યાનો પ્રજ્ઞવર્ગમાં વધારે ફેલાવો થાય અને અયોગ્ય ખાનપાનથી થતા રોગો સબંધી પ્રજ્ઞ વર્ગનું ધ્યાન ખેંચાય એવા લેખોની માસિકોમાં ખાસ જરૂર છે.

વાર્તા વારિધિ—અધિપતિ અને પ્રકાશક ઉદયચંદ્ર લાલચંદ પંડિત, અમદાવાદ. વાર્ષિક લવાજમ પોષ્ટેજ સાથે રૂ. ૨-૪-૦ આ માસિકના આદ્ય પ્રયોગક ગણપતિરામ ઉત્તમરામ બંદુ અમદાવાદ—આ માસિકમાં પ્રથમ માસકજ્ઞ ઉત્તમવાર્તા લખાય છે. પ્રજ્ઞવર્ગમાં વાર્તા ભેરેયો વાંચવાનો શોખ દિનપર દિન વધતો જાય છે તેથી આવાં માસિકની પણ જરૂર છે. અમારા તરફ બદલામાં સંખ્યાબંધ માસિક આવે છે, તેમાં ઘણે ભાગે વાર્તા સંબંધિત માસિક બાજેજ જોવામાં આવે છે.

શ્રી ગાયત્રી લાપાંતર, શ્રી ગાયત્ર્યર્થ પ્રકાશ, તથા શ્રી ગાયત્રી સ્તવરાજ—એ રીતે ત્રણ પુસ્તકો સંપાદક અને પ્રકાશક શ્રીકૃત મણિલાલ જાદવરાય ત્રિવેદી કપડવંજ હાલ વીરમગામ સખજી કોર્ડના કારકુન એમના તરફથી અમને મળ્યાં છે. આ ત્રણે પુસ્તકો અમે આદિથી તે અંત સુધી વાંચ્યાં છે. પુરાતનકાળમાં જ્યારે સઘળી પ્રજાઓ અસાધ્ય-કારમાં ગોથાં ખાતી હતી તે વખતે પણ આપણા આર્યવર્તમાં સંખ્યાબંધ રૂઢિચુસ્તો મધ્યાહ્નિકાળના સૂર્યની માફક પ્રકાશી રહ્યા હતા અને તેમણે અનેક જાતનાં શાસ્ત્રો અને પુસ્તકો લખ્યાં હતાં. સાંપ્રતકાળમાં જે કે વિદ્યા શોધ અને કળા આગળ વધતી જાય છે તેપણ તે સંબંધીના ગ્રંથો આપણા ઋષિમુનિ અને મહાત્માઓએ હજારો વર્ષ પૂર્વે લખી મુકેલા દૃષ્ટિગોચર થાય છે. તે વખતે આપણા આર્યવર્તની પ્રજાની જાહેજલાલી સર્વોદ્ધૃત હતી. અન્ય દેશમાંથી અનેક વિદ્વાનો આપણા દેશમાં આવતા અને જરૂર પુરતું જ્ઞાન સંપાદન કરી જતા. તેજ આર્યવર્તનાં સંતાનો સાંપ્રતકાળમાં અધમાધમ સ્થિતિમાં છે. વિદ્યામાં, જળમાં, આયુષ્યમાં, સંવર્તિમાં, સંપત્તિમાં, સુખમાં, અને આરોગ્યમાં એકે વાતમાં તેઓ ઉત્તર સ્થિતિમાં નથી. આમ થવાનું કારણ તપાસીએ તો સમજાય છે કે આપણે આપણા પૂર્વજોના વર્ણાશ્રમ ધર્મનો ત્યાગ કર્યો છે; અથવા તો તેનો અનાદર કર્યો છે. જે વૈદિક મંત્રના જપ અને તપથી ઋષિમુનિઓનું બ્રહ્મતેજ પ્રકાશી રહ્યું હતું તે મંત્ર ત્રિપદ ગાયત્રી દેવીનો હતો

અને તે ગાયત્રીમંત્ર બ્રાહ્મણ ક્ષત્રીય અને વૈશ્યને માટે અધિકાર પ્રમાણે જુદા જુદા છે. ગાય-
ત્રીમંત્રમાં સર્વ વેદનું રહસ્ય રહેલું છે. તેની શબ્દ રચના અને અર્થ અવર્ણુનિય છે. તેનો
મહીમા અને સામર્થ્ય કળી શકાય તેવું નથી. બ્રાહ્મણના સંતાનોને યજ્ઞોપવીત આપતી વખતે
ગાયત્રીમંત્રનો ઉપદેશ આપવામાં આવે છે. પરંતુ તે ઉપદેશ પ્રમાણે વર્તન થતું નથી. સારી
નોકરી અને કમાવાની લાલચથી બ્રાહ્મણના સંતાનો સાત આઠ વર્ષની ઉંમરથી 'માંડી વીસં
પચીસ વર્ષની ઉંમર સુધી સ્કુલ અને કોલેજોમાં વિદ્યાભ્યાસ કરી ધર્મ લાગે છે. અને અન્ય
બ્રાહ્મણો તો "સંધ્યાપૂજા સાંતીકું, ને કોદાલી ખટકમ્; જે રાખીએ બે આખલાં તો રહેશે
ધરનો ધર્મ" એ પ્રમાણે ખેતી વગેરે ધર્મો કરે છે અને તેમને ગાયત્રીમંત્ર ભણતાં પણ
આવડતો નથી. જે બ્રાહ્મણો અને ઋષિમુનિઓ પાસે શાળાઓ અને અન્ય વર્ણુવાળા આવી
પ્રાર્થના કરતા અને તેમની સલાહ પ્રમાણે વર્તવાથી સંકટથી મુક્ત થતા તેજ બ્રાહ્મણના
સંતાનો ઘેર ઘેર ચપટી દાંણા માટે બીખ માગે છે. અને કેટલાક લોકનાં તિરસ્કારનાં વચનો
પણ તેમને શ્રવણ કરવાં પડે છે કારણ કે ગાયત્રીમંત્રના જપનો ત્યાગ કરવાથી તેઓ
અક્ષતેજ શુભાવી બેઠા છે. એટલે બ્રાહ્મણપણ તેમનામાં રહ્યું નથી. બ્રાહ્મણના સંતાનો ગાય-
ત્રીમંત્રના મહીમા રહસ્ય તેના અર્થ અને સામર્થ્યથી વાકેફ થાય અને એ મહાદેવીનું પૂજન
અર્ચન તથા જપ અને ધ્યાન કરવા લાગે તો હજુપણ તેઓ ધર્મ અર્થ કામ અને મોક્ષનું
સુખ પ્રાપ્ત કરી શકે તેમ છે. એટલુંજ નહિ એ ગાયત્રી દેવીની કૃપાથી ચારે વર્ણુમાં પોતાનું
ઉચ્ચ પદ પ્રાપ્ત થાય અને લોકો તેમનો આદરસત્કાર કરે.

શ્રીયુત મણીલાલે આ ત્રણે પુસ્તકોને પ્રસિદ્ધ કરવામાં સારો શ્રમ લાધેલો છે અને
બ્રાહ્મણવર્ગની પવિત્ર સેવા બજાવી છે. ગાયત્રી બાર્ષાતર તથા ગાયત્ર્યર્થમાં નીચેના વિષયો
છે. ગાયત્રી મહાત્મ, ગાયત્રી દીક્ષા, લોભની વિભીષિકા, ગાયત્રીના અધિકારી, શ્રીમદ્વલ્લભાચાર્ય
પ્રણીત ગાયત્રીનિરૂપણ, ગાયત્રીકલ્પ, સપ્રવણ ગાયત્રીવ્યાખ્યા, મત્રોના ચાર ભેદ, ગાય-
ત્રીમંત્રનું વિશેષ વિવેચન, મંત્રશાસ્ત્ર પ્રાર્થના, સુભાષિત, સન્ધ્યાસીતું સ્તોત્ર, એકાર મહાત્મનાં
પદો, એ રીતે છે. શ્રી ગાયત્ર્યર્થ પ્રકાશના વિષયો પ્રસ્તાવના, શાંકરભાષ્ય, ગાયત્રીમંત્રનું
મહાત્મ્ય, ગાયત્રી પ્રતિપાદ દેવતા, યોગી ચારુવદ્ધે દર્શાવેલો ગાયત્રીનો અન્યથ, સ્મૃતિઓમાં
શ્રુતિઓના અનુવાદનું સ્વરૂપ વર્ણુવિકાર થયા હતાં ભિન્ન પદ ગણાય નહિ, શ્રી ગાયત્રીજપનું
મહાત્મ્ય, જપ પ્રભાવમાં શોભદર્શનનું વ્યાખ્યાન, ક્ષત્રિય તથા વૈશ્યની ગાયત્રી અર્થ સાથે
ચિત્રપટ, શ્રીવેદમાતા ગાયત્રી, શ્રીમદ્ પરમપૂજ્ય જગદ્ગુરુ આદ્ય શંકરાચાર્ય, શ્રીમત્તત્ત્વામી
શ્રી આત્માનંદ સરસ્વતી તથા સદગત કૈલાસવાસી વૈદેહી લીંબડી દરબાર સર જસવતસિંહ
કે સી એસ આઈ ઇ. માનું છે—આ પુસ્તકોની કિંમત પણ ઘણીજ કમી રાખવામાં આવી
છે. મી. મણીલાલના સ્તુતિપાત્ર કાર્ય માટે તેમને ધન્યવાદ ઘટે છે.

નાનાં બાળકની સંભાળ.

આપ્રત કાળમાં નાનાં બાળકોને ઉઠેરવા માટે કાંગરેનું બાળામૃત, મેલી-સકુડ, દોરલીકમ
ઝાંઝેડ મીઠક, ચર્ચિસસીરપ, હત્યાદિ અનેક જાતની દવાઓ વપરાય છે. વળી કેટલાક બાળ-
વેદો ધા પકાણને બાળી તેની બરમ કરી તેને જુદા જુદા રંગો ચઢાવી બાળકોને દુધમાં પાવા

આપે છે, અને તેને ખાપરીયા ભરમ કહે છે કે ગમે તેવાં નામો આપે છે. ઘા પહાણની ભરમ એક જાતનો ચુનો છે. આવા ચુનો જેવા પદાર્થો હોજરીમા ગયા પછી જો કે હોજરીની “એસીડીટી” કે અમ્લતાને પ્રતિકાર કરી પાચન ક્રિયા થોડાક વખત માટે સુધારે છે પરંતુ થોડા વખત પછી તેનું પરિણામ માફ જણાય છે, બાળકની પાચનશક્તિ મદ પડી જાય છે, અને અલ્ક્યુલિટિકાસથી અનેક જાતના રોગો બાળકને થાય છે. આવી આવી દવાઓથી કંઈ પણ ફાયદો ન થતાં ઉલટી ગંભીર માદગી ભોગવતા કેટલાંક બાળકો મારી પામે આવવાથી મારી ખાત્રી થઈ છે. આ વિષયમાં ધન કઠાવાના ઘણાં માર્ગ છે. અનેક વ્યાપારો દ્વારા ધન પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. વૈદ્યકતો ધધો એ અત્યંત જોખમ ભરેલો છે. કેટલાક ધધા એવા છે કે તેમાં ગરુલત કે બૂલ થવાથી સામાને પૈસા સંબંધી કે મીલકત સંબંધી નુકશાન થાય છે. પરંતુ વૈદ્યકતો ધધો એવો છે કે તેની રમત દેવતાને પણ દુર્લભ એવા મનુષ્ય જાતના જીવન અથવા વહાલામાં વહાલા પ્રાણની સાથે છે. ચાલુ જમાનામાં એક કહેવત થઈ પડી છે કે “ન આવડે માગતાં ભીખ તો વૈદ્યકતો ધધો શીખ” વૈદ્યકના બે ત્રણ પુસ્તકો પાસે હોય ને બજારમાં વેચાતી ઈંગ્રેજ દવાઓ કે સુંઠ-મરી-પીપર જેવી વસ્તુઓ વાટી તેની થોડી શીશીઓ ભરી એક ભભકામંથ દુકાનમાં ગોઠવી દીધી કે પછી ખેડો પાર થયો. પછી તો બાકી માત્ર એટલુંજ કે તે દુકાનના આગલા ભાગમાં વૈદ્યરાજ, વૈદ્યશાસ્ત્રી, અનુભવી વૈદ્ય કે ડોક્ટર એના આકર્ષક નામનું સુશોભીત પાટીયું ચોટાટું કે લોકો આવવા લાગે, ચાલુ દસ પદર વરસમાં આવા સંખ્યામંથ વૈદ્ય ડોક્ટરો અનેલા ઠામ ઠામ જોવામાં આવે છે. અને વર્તમાનપત્ર કે માસિકોમાં તો અનુભવી અને રામનાથ દવાની ઝાહેરાતોનો પાર રહેતો નથી.

ઉછરતાં નાનાં બાળકોને તો આપણા શાસ્ત્રકારોએ અમુક ઉંમર સુધી પાણી પણ ન આપવું કે અન્ન પ્રાશન પણ ન કરાવવું એવું લખેલું છે. છતાં જન્મ્યા પછી વાસામાં (સુત્રાવડના ચાલીસ દિવસ અદરના) બાળકને દવા આપતાં વૈદ્ય કે ડોક્ટરોને મેં જોયા છે. આવા કામજ કોઠાવાળાં બાળકોને આવી વિષમય દવાઓ આપવાથી કેટલું બધું નુકશાન થાય છે તે બાળકનાં માતા પિતા જરાપણ સમજતા નથી તો પછી વૈદ્ય કે ડોક્ટરોને તો શી પાકી પૈસા મળ્યા એટલે તેની શીકર શુકરવા કરવી પડે? પશુ, પક્ષી, કે જનવરોના બચ્ચા માદા થાય તેને માટે પરમ કૃપાળુ પરમાત્માએ વૈદ્ય કે ડોક્ટર તેની જાતમાં બનાવ્યા નથી છતાં પણ તેઓમાં કવચિતજ દુર્બળ કે રોગી નજરે પડે છે. અને તેવાં નજરે પડતાં હોય તો તે મનુષ્ય જાતના સંસર્ગમાજ આવેલા હોવાં જોઈએ. છતાં મનુષ્ય જાતિ કે જે મર્મમાં ઉત્તમમાં ઉત્તમ પંક્તિની છે તેના બાળકો માદા પડે અને તેના રોગનું નિવારણ કરવા વૈદ્ય ડોક્ટરની જરૂર પડે એ કેટલું કુદરતના નિયમથી ઉલટું છે, તે વિચાર કરતા સમજાયા સિનાય રહેશે નહિ.

આજથી પચીસ ત્રીસવર્ષ પહેલાં બાળકોમાં આટલા બધા રોગો જોવામાં આવતા નહિ. તેમજ તેઓ ચરીરે બળવાન, તંદુરસ્ત, અને ચાલાક માણસ પડતાં હતાં. તે વખતે આટલા બધા વૈદ્ય કે ડોક્ટરો પણ નહોતા. તેમજ વર્તમાન પત્રો કે માસિકોમાં ઝાહેર ખબરો છપાતી નહોતી તેમજ બાલામૃત કે એની બીજી પેટટ દવાઓ પણ વપરાતી નહોતી છતાં તે વખતનાં બાળકો તંદુરસ્ત શા માટે મૃતો? જવાબ એટલોજ કે તેમના મામાપોતું જીવન તથા ખાનપાન સાદાં હતાં અને તેઓ અગ મહેનત અને બ્યાપામ કરવામાં ગમ્મ કે આગમ રાખતાં નહોતા.

અત્યારે પ્રજાવર્જનું જીવન એશ આરામી, આળસુ, અને અયોગ્ય ખાનપાન વાળું બની ગયું છે. એટલુંજ નહિ પણ પોતાનાં કુમળી વયનાં બાળકોને તે અન્ન ન ખાતું હોય છતાં તેને સવારમાં સાહ કોશી, કોકો, જેવા પદાર્થ પાવવામાં આવે છે, તથા ભાત ભાતના ગળપણ વાળા પદાર્થ ખવરાવાય છે. આથી બાળકોને અનેક જાતના રોગો થાય છે. ધાવતા બાળકની માતા ભારે પદાર્થનું કે ખાંડ સાકરવાળા પદાર્થનું એવન કરે તો તેથી માતાનું ધાવણુ બાળકને ભારે પડે છે, અને તેનું ધાવણુ બાળકને ન પચવાથી અજીર્ણ થઈ વરાધ જેવા ભયંકર રોગ થાય છે. હાલમાં અનેક જાતની મીઠાઈઓ બજારમાં બ્રાહ્મણીયા દુકાને કે કંદોઈની દુકાને કે હોટેલોમાં મળી શકે છે અને તે ખરીદી વાપરવામાં આવે છે. એવી મીઠાઈઓ ઘણે ભાગે મેદાના લોટનીજ હોય છે, અને તેના લોટના પદાર્થ બક્ષણ કરનાર માતાઓનાં બાળકો માંદાં થયા વિના ભાગ્યેજ રહે છે. પછી “ પાકાનો દોષ અને પખાલીને ડામ ” એ કહેવત પ્રમાણે મા બાપના બેદરકારીપણા કે ભૂલતું પરિણામ બાળકને ભોગવવું પડે છે.

આપણાં શાસ્ત્રોમાં “ અપુત્રસ્યગતિર્નાસ્તિ સ્વર્ગો નૈવચ નૈવચ ” એવા શબ્દો લખેલા છે. સંખ્યાબંધ માથાપો પુત્ર પુત્રીની સંતતિ માટે વળખાં મારતાં અને અનેક દેવી દેવતાઓની બાધા આખડીઓ રાખતાં નગરે પડે છે. પરંતુ સંતતિ થયા પછી તેને ઉછેરવાનું જ્ઞાન મંપાદન કરવા ભાગ્યેજ તેઓ કાળજી ધરાવતાં જેવામાં આવે છે. પુત્રજન્મ થયા પછી વધાઈઓ છુટે છે, ગોળ સાકર વહેંચાય છે, શ્રીમતોને ત્યાં ચોઘડીયાં બેસારાય છે, અને અનેક વિધિ ઉત્સવો થાય છે. પરંતુ બાળકોને સારી રીતે ઉછેરવા વિષેનું જ્ઞાન મેળવવા તરફ દુર્લક્ષ રાખવામાં આવે છે. યુરોપ અમેરિકામાં આ બાબત તરફ પૂરતું ધ્યાન આપવામાં આવે છે. તે દેશમાં સંતતિ માટે આટલી બધી બાધા આખડીઓ રાખવામાં આવતી નથી. આપણા દેશમાં છ સાત છોકરા હયાત હોય તો તેનાં માથાપ અતિ ભાગ્યશાળી ગણાય છે, પરંતુ એ દેશોમાં તો એક એક માણસને પંદર કે વીસ છોકરાં હોય એવાં માથાપો સંખ્યાબંધ મળી આવશે. આપણા દેશમાં છ સાત છોકરા હયાત એવાં માથાપોને પોતાની હયાતીમાં નિદાન એક બે છોકરાઓનાં મરણ થએલાં ઘણે ભાગે જેવામાં આવે છે, અને તેમના મરણથી અત્યંત દુઃખી થતાં જેવામાં આવે છે, જ્યારે પાશ્ચાત્ય દેશોમાં દીર્ઘાયુષ્ય ભોગવતાં નગરે પડે છે.

કોઈ પણ ઇમારતને પાયામંધી મજબુત કરવામાં આવે તો તે ઇમારત દીર્ઘ કાળ સુધી ટકી રહે છે. તેજ પ્રમાણે જો માતાપિતાનું સંસ્કૃતન હોય અને તેમનું ખાન પાન અને રહેણીકરણી નિયમ સર હોય તો બાળક બળવાન, નીરોગી, અને દીર્ઘાયુષ્ય થાય છે. ઉપરની બાબતોનું પાલન થતું હોય તો પણ જો તેને ઉછેરવામાં બેદરકારી-અવગત થાય છે તો બાળક રોગીનું કે નિર્બળ થાય છે.

હવે બાળકને દરેકે સાચી થાય છે તે બાબતની જરૂર છે. બાળકને ચતા ધણાખરા વ્યાધિઓનું મૂળ કારણ અજીર્ણ કે તેમની હોજરીમાં થતી અવ્યવસ્થા છે અને તે અવ્યવસ્થા કરનાર તેની માતાજ કે ધાવ્ય હોય છે. ધણાંખરાં માથાપો એમ મનગે છે કે છોકરા કે છોકરીને વારંવાર પેટપુર ધવરાવવામાં આવે અને તે સારીપેટે દુધ પીએ કે અન્ન ખાય તો જલદી મોટું અને બળવાન થાય. આવી તેમની સમજ ધણી અજ્ઞાનતા અને ભૂલ ભરેલી છે. વારંવાર ધવરાવવાથી અને સારી પેટે ગાય જોસનું દુધ પાવાથી હોજરીની અવ્યવસ્થા કે અજીર્ણ રોગ થઈ બાળકના પેટમાં દુધનાં કોકડા બંધાય છે, અધિકાર પડે છે, અને અનિસાગ, મનારખી, વરાધ,

સી. ઇ. પેન્ડ દરીને આ ગર્ભવમાં અભ્યાસ કરનાર એક વિદ્વાન હોય છે કે મારા બાળકને હું દિવસમાં ત્રણવાર ધવરાવવા દેતો હતો. એક વખત ધવરાવ્યા પછી પાંચ છઠ્ઠાક જેટલું વચમાં અંતર જવાદેવાની જરૂર છે અને જ્યારે તેને ધવરાવવામાં આવતો ત્યારે પણ તેને ગળા સુધી તેનું પેટ ભરાય એટલું ધવરાવવામાં આવતો નહિ. આ પ્રમાણે કરવાથી દિવસે તે પ્રમનનતાથી રમતો, જરી પણ રડતો નહિ અને રાત્રે સુખપૂર્વક ઉઘી જતો. વળી તેને કોઈ દિવસ પણ ઉલટી થઈ નથી. કિદરસ થઈ નથી. શરદી થઈ નથી. ઝાડા થયા નથી. જવર આગ્યો નથી. બંધકાપ થયો નથી કે આવી આવી અનેક બાળકોને જે બચ્ચા થાય છે તેની કોઈપણ બચ્ચા થઈ નથી. આ પ્રમાણે નિયમીત ખોરાક આપવામાં આવતો હતો છતાં દર મહિને તેના વજનમાં વધારો થતો હતો. આ વધારો નિરર્થક ચરખાતો નહોતો પણ જેની જરૂર હતી તેનોજ હતો.

વળી આ વિદ્વાન દાકતર કહે છે કે, જોમને ધવગવવામાં નથી આવતાં પણ દુધ પોવામાં આવે છે કે કંઈ ખવગવવામાં આવે છે તેમને માટે બે વખત આહાર આપવો ઉત્તમ છે.

હવે આ વિદ્વાનના અભિપ્રાય સાથે સરખાવો કે આપણા બાળકોને દિવસમાં ડેઠલીવાર ધવરાવવામાં આવે છે. આથી શું થાય છે ? બાળકોને હજાર પ્રકારના બાધિ થાય છે અને તેમની શુદ્ધિમાં અડચણ આવે છે અને તેમનું આયુ જીવન બગડે છે. આ પ્રમાણે કોઈ માતા પિતાને કહીશું કે તમારે તમારા બાળકને માત્ર દિવસમાં ત્રણ વારજ ધવરાવવું તો તે તરતજ બોલી ઉઠશે કે હાય ! હાય ! અમારા બાળકને તમારે મારી નાખવું છે કે શું ? નાતુ પણ સરખું બાળક મિચારે શું બોલી શકે ? તેને આ પ્રમાણે તે આપણાથી ભુખે મારી નખાય ? આજ પ્રમાણે એક નહિ બે નહિ દસ નહિ એ નહિ પણ હજારો મનુષ્યો બોલી ઉઠશે પણ આ સર્વનું કહેવું યોગ્ય નથીજ. પૂર્વોક્ત દાકતર પેન્ડ એક પ્રસિદ્ધ વિદ્વાન દાકતર છે એટલુંજ નહિ પણ તેણે બાળકોને કેવી રીતે ઉડેરવાં એ સબધનો પ્રયોગપૂર્વક અનુભવ કર્યો છે અને તેથી તેનું કહેવું હજારો મનુષ્યો કરતા પણ વિશેષ પ્રમાણુવાળું છે.

બાળકોને માટે ગાયનું દુધ સ્વાભાવિક આહાર નથીજ. કારણ કે તેમા બાળકને જેટલું પોષણ જોઈએ તેના કરતાં અધિક પોષણ રહેલું છે. બાળકને માટે સ્વાભાવિક આહાર માતાનું દુધજ છે અને તેજ સર્વોત્તમ છે. તેમ છતાં માતાના દુધના અભાવે તેને ગાયનું દુધ આપવામાં આવે તો ઠીક. બેસના દુધ કરતાં ગાયનું દુધ પચવામાં હલકું છે તેની ના નથીજ પણ તેનું કેટલું પ્રમાણ બાળકોને આપવામાં આવે છે તે આપણે જોઈએ. આપણે ઉપર કહી ગયા છીએ કે ગાયનું દુધ બાળકોને માટે સ્વાભાવિક આહાર નથીજ અને તેથી તે જેટલા પ્રમાણમાં અને જેટલા સમયમાં સ્વાભાવિક આહાર પચાવી શકે તેટલા પ્રમાણમાં અને તેટલા સમયમાં પણ શક્ય નથી. જેટલા પ્રમાણમાં અને જેટલી તરગથી એક વાગરું ગાયનું દુધ પચાવી શકે છે તેટલા પ્રમાણમાં અને તેટલી તરગથી તે દુધ બાળક નથીજ પચાવી શકતું. તેટલુંજ વળી વાછરડાના અને બાળકના જરૂર વચ્ચે મહદ્ અંતર છે. બાળકનું જરૂર વાછરડાના જરૂર સાથે સરખાવતાં અત્યંત સુકોમળ છે. હવે જ્યારે વાછરડાને ધવરાવવામાં આવે છે ત્યારે તેને પેટ ભરી ધવરાવવામાં આવતું નથી પણ તેને અર્ધજ ધવરાવવામાં આવે છે જ્યારે બાળકને પેટ ભરીને દુધ પાગમાં આવે છે. સવારમાં છ વાગે એક વાછરડાને દુધ કાઢતી વખતે ગાયને ધવરાવવામાં આવે છે. આ વખતે તેને ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે પુર પેટ

અત્યારે પ્રભવર્ષતું જીવન એશ આરામી, આજસુ, અને અયોગ્ય ખાનપાન વાળું બની ગયું છે. એટલુંજ નહિ પણ પોતાનાં કુમળાં વયનાં બાળકોને તે અન્ન ન ખાતું હોય છતાં તેને સ્વાસ્થ્યમાં ત્રાહ કોરી, કોકો, જેવા પદાર્થ પાવામાં આવે છે, તથા ભાત ભાતના ગળપણ વાળા પદાર્થ ખવરાવાય છે. આથી બાળકોને અનેક જાતના રોગો થાય છે. ધાવતા બાળકની માતા ભારે પદાર્થનું કે ખાંડ સાકરવાળા પદાર્થનું મેવન કરે તો તેથી માતાનું ધાવણ બાળકને ભારે પડે છે, અને તેનું ધાવણ બાળકને ન પચવાથી અજીર્ણ થઈ વરાધ જેવા ભયંકર રોગ થાય છે. હાલમાં અનેક જાતની મીઠાઈઓ બજારમાં બ્રાહ્મણીયા દુકાને કે કંદોઈની દુકાને કે હોટલોમાં મળી શકે છે અને તે ખરીદી વાપરવામાં આવે છે. એવી મીઠાઈઓ ધણે ભાગે મેદાના લોટનીજ હોય છે, અને તેના લોટના પદાર્થ ભક્ષણ કરનાર માતાઓનાં બાળકો માંદાં થયા વિના બાળેજ રહે છે. પછી “ પાકાનો દોષ અને પખાલીને કામ ” એ કહેવત પ્રમાણે મા બાપના બેદરકારીપણા કે ભૂલનું પરિણામ બાળકને ભોગવતું પડે છે.

આપણું શાસ્ત્રોમાં “ અવુત્તસ્યગતિર્નાસ્તિ સ્વર્ગો નૈવચ નૈવચ ” એવા શબ્દો લખેલા છે. સંખ્યાબંધ માળાપો પુત્ર પુત્રીની સંતતિ માટે વળખાં મારતાં અને અનેક દેવી દેવતાઓની બાધા આખડીઓ રાખતાં નગરે પડે છે. પરંતુ સંતતિ થયા પછી તેને ઉઠેરવાતું જ્ઞાન સપાદન કરવા બાળેજ તેઓ કાળજી ધરાવતાં જેવામાં આવે છે. પુત્રજન્મ થયા પછી વધાઈઓ છુટે છે, ગોળ સાકર વહેચાય છે, શ્રીમંતોને ત્યાં ચોપડીયાં ખેસારાય છે, અને અનેક વિધિ ઉત્સવો થાય છે. પરંતુ બાળકોને સારી રીતે ઉઠેરવા વિષેનું જ્ઞાન મેળવવા તરફ દુર્લભ રાખવામાં આવે છે. યુરોપ અમેરિકામાં આ બાબત તરફ પૂરતું ધ્યાન આપવામાં આવે છે. તે દેશમાં સંતતિ માટે વ્યાટલી બધી બાધા આખડીઓ રાખનામાં આવતી નથી. આપણા દેશમાં છ સાત છોકરા હયાત હોય તો તેનાં માળાપ અતિ ભાગ્યશાળી ગણાય છે, પરંતુ એ દેશોમાં તો એક એક માણસને પંદર કે વીસ છોકરાં હોય એવાં માળાપો સંખ્યાબંધ મળી આવશે. આપણા દેશમાં છ સાત છોકરા હયાત એવાં માળાપોને પોતાની હયાતીમાં નિદાન એક બે છોકરાંઓનાં મરણ થએલાં ધણે ભાગે જેવામાં આવે છે, અને તેમના મરણથી અત્યંત દુઃખી થતાં જેવામાં આવે છે, જ્યારે પાશ્ચાત્ય દેશોમાં દીર્ઘાયુષ્ય ભોગવતાં નગરે પડે છે.

કોઈ પણ ઇમારતને પાયામંથી મજબુત કરવામાં આવે તો તે ઇમારત દીર્ઘ કાળ સુધી ટકી રહે છે. તેજ પ્રમાણે જો માતાપિતાનું સદ્વર્તન હોય અને તેમનું ખાન પાન અને રહેણીકરણી નિયમ મર હોય તે બાળક બાળાન, નીરોગી, અને દીર્ઘાયુષી થાય છે. ઉવરની બાળતોનું પાલન થતું હોય તો પણ જો તેને ઉઠેરવામાં બેદરકારી-ગરજત થાય છે તો બાળક રોગીશું કે નિર્બળ થાય છે.

હવે બાળકને દરેક સાથી થાય છે તે બાળકની જરૂર છે. બાળકને ચતા ધણખરા બાધિઓનું મૂળ કારણ અજીર્ણ કે તેમની હોઝરીમાં ચતી અવ્યવસ્થા છે અને તે અવ્યવસ્થા કરનાર તેની માતાજ કે ધાવ્ય હોય છે. ધણખરાં માળાપો એમ સમજે છે કે છોકરા કે છોકરીને વારંવાર પેટપુર ધવરાવવામાં આવે અને તે સારીપેટ દુધ પીએ કે અન ખાય તો જલદી મોટું અને બળવાન થાય. આવી તેમની સમજ ધણી અમાનતા અને ભૂલ ભરેલી છે. વારંવાર ધવરાવવાથી અને સારી પેટ ગાય બેસતું દુધ પાવાથી હોઝરીની અવ્યવસ્થા કે અજીર્ણ રોગ થઈ બાળકના પેટમાં દુધનાં કોકડા બંધાય છે, અંધકોરા પડે છે, અને અતિસાર, મનારખી, વરાધ,

સી. ઇ. પેજ દરીને આ મર્મવર્માં અભ્યાસ કરનાર એક વિદ્વાન લખે છે કે મારા બાળકને હું દિવસમાં ત્રણવાર ધવગવવા દેતો હતો. એક વખત ધવરાબા પત્ની પાંચ છકલાક જેટલું વચમાં અતર જવાડેવાની જરૂર છે અને બ્યારે તેને ધવગવવામાં આવતો ત્યારે પણ તેને ગાળા મુધી તેનું પેટ ભરાય એટલું ધવગવવામાં આવતો નહિ. આ પ્રમાણે કરવાથી દિવસે તે પ્રમન્નતાથી રમતો, જરી પણ રડતો નહિ અને રાત્રે સુષ્પર્શક ઉધી જતો. વળી તેને કોઈ દિવસ પણ ઉઘડી થઈ નથી. ઉધરસ થઈ નથી. શરદી થઈ નથી. ઝાડા થયા નથી. જવર આવ્યો નથી. બંધકોષ થયો નથી કે આવી આવી અનેક બાળકોને જે વ્યથા થાય છે તેવી કોઈપણ વ્યથા થઈ નથી. આ પ્રમાણે નિયમીત ખોરાક આપવામાં આવતો હતો છતાં દર મહિને તેના વજનમાં વધારો થતો હતો આ વધારો નિરર્થક ચરખીનો નહોતો પણ જેની જરૂર હતી તેનોજ હતો.

વળી આ વિદ્વાન દાકૃતર કહે છે કે, જેમને ધવગવવામાં નથી આવતા પણ દુધ પાવામાં આવે છે કે કંઈ ખવરાવવામાં આવે છે તેમને માટે બે વખત આહાર આપવો ઉત્તમ છે.

હવે આ વિદ્વાનના અભિપ્રાય સાથે સરખાવો કે આપણા બાળકોને દિવસમાં કેટલીવાર ધવરાવવામાં આવે છે. આથી શું થાય છે ? બાળકોને હજાર પ્રજારના બાધિ થાય છે અને તેમની શ્રદ્ધિમાં અડચણ આવે છે અને તેમનું આખું જીવન ખગડે છે. આ પ્રમાણે કોઈ માતા પિતાને કહીશું કે તમારે તમારા બાળકને માત્ર દિવસમાં ત્રણ વારજ ધવરાવવું તો તે તરતજ બોલી ઉઠશે કે હાયા ! હાયા ! અમારા બાળકને તમારે મારી નાખવું છે કે શું ? નાનું પશુ સરખું બાળક મિચાડ શું બોલી શકે ? તેને આ પ્રમાણે તે આપણાથી છુપે મારી નખાય ? આજ પ્રમાણે એક નહિ બે નહિ દસ નહિ સો નહિ પણ હજારો મનુષ્યો બોલી ઉઠશે પણ આ મર્મવું કહેવું યોગ્યજ નથીજ. પૂર્વોક્ત દાકૃતર પેજ એક પ્રસિદ્ધ વિદ્વાન દાકૃતર છે એટલુંજ નહિ પણ તેણે બાળકોને કેવી રીતે ઉછેરવા એ સમઘનો પ્રયોગપૂર્વક અનુભવ કર્યો છે અને તેથી તેનું કહેવું હજારો મનુષ્યો કગતા પડ્યું વિશેષ પ્રમાણવાચી છે.

બાળકોને માટે ગાયનું દુધ સ્વાભાવિક આહાર નથીજ. કારણ કે તેમાં બાળકને જેટલું પોષણ જેછાએ તેના કરતાં અધિક પોષણ રહેલું છે. બાળકને માટે સ્વાભાવિક આહાર માતાનું દુધજ છે અને તેજ સર્વોત્તમ છે. તેમ છતાં માતાના દુધના અભાવે તેને ગાયનું દુધ આપવામાં આવે તો હીક બેસના દુધ કરતાં ગાયનું દુધ પચવામાં હલકું છે તેની ના નથીજ પણ તેનું કેટલું પ્રમાણ બાળકોને આપવામાં આવે છે તે આપણે જોઈએ. આપણે ઉપર કહી ગયા છીએ કે ગાયનું દુધ બાળકોને માટે સ્વાભાવિક આહાર નથીજ અને તેથી તે જેટલા પ્રમાણમાં અને જેટલા સમયમાં સ્વાભાવિક આહાર પચાવી શકે તેવા પ્રમાણમાં અને તેટલા સમયમાં પચી શકતું નથી જેટલા પ્રમાણમાં અને જેટલી ત્વરાથી એક વાગરું ગાયનું દુધ પચાવી શકે છે તેટલા પ્રમાણમાં અને તેટલી ત્વરાથી તે દુધ બાળક નથીજ પચાવી શકતું. તદુપરાંત વળી વાછરડાના અને બાળકના જરૂર વચ્ચે મહદ અંતર છે. બાળકનું જરૂર વાછરડાના જરૂર સાથે ચરખાવવા અત્યંત સુકોમળ છે હવે બ્યારે વાછરડાને ધવરાવવામાં આવે છે ત્યારે તેને પેટ ભરી ધવગવવામાં આવતું નથી પણ તેને અર્ધજ ધવરાવવામાં આવે છે બ્યારે બાળકને પેટ ભરીને દુધ પાવામાં આવે છે સવારમાં છ વાગે એક વાછરડાને દુધ કાઢતી વખતે ગાયને ધવરાવવામાં આવે છે આ વખતે તેને ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે પુર પેટ

ભરીને ધાવવા દેવામાં નથી આવતું પણ અર્ધજ ધવરાવવામાં આવે છે. આ વખતે બાળકને માતાના હૃદયનો અભાવ હોવાથી ગાયતું દુધ પાવામાં આવે છે. આ બાળકને વાહરડાની પેઠે અર્ધુ ભુખ્યું રાખવામાં નથી આવતું પણ પુર પેટ ભરીને ધવરાવવામાં આવે છે. હવે જુઓ કે વાહરડાને અને આ બાળકને પુનઃ ક્યારે દુધ આપવામાં આવે છે? વાહરડાને પુનઃ દુધ દાવવાનો વખત થાય છે ત્યારે સાંજના છ વાગે ધવરાવવામાં આવે છે અને તે પણ સવારની પેઠે અર્ધુ પેટ પુરતુંજ. શું બાળકને પણ આજ પ્રમાણે બાર કલાકના અંતરે દુધ પાવામાં આવે છે? બાર કલાકમાં તો તેને આઠ દસ વાર કે ચાર પાંચ વાર તો જરૂર તેને દુધ પાવામાં આવે છે. હવે વિચાર કરો કે જેતું જરૂર બળવાન છે જેને વિશેષ દુધની જરૂર છે જેનો જે સ્વાભાવિક આહાર છે તેવા વાહરડાને બાર કલાકના અંતરે માત્ર અર્ધજ ધવરાવવામાં આવે છે જ્યારે જેતું જરૂર વાહરડા કરતાં કેમળ છે જેને વિશેષ આહારની જરૂર નથી તેને બાર કલાકમાં પાંચ છ વાર કે તેથી પણ અધિક વખત દુધ પાવામાં આવે છે! શું બાળકતું જરૂર વાહરડાના કરતાં અધિક બળવાન છે? શું બાળકતું જરૂર તેના કરતાં મોટું છે કે ગાયતું દુધ વાહરડાના કરતાં બાળકને જલદી પચી જાય છે? પણ બાળક અને વાહરડાની સ્થિતિને કોણ સરખાવે છે? વાહરડાને એક વખત અર્ધુ ધવરાવ્યા પછી બાર કલાકનો ગળો વચમાં રાખવામાં આવે છે; જ્યારે બાળકને બે કલાકે કે કલાકે દુધ પાવામાં આવે છે. એ કેવો નિયમ! બાળકને અનેક પ્રકારના આધિ થવામાં, તેમજ બાલ્યાવસ્થામાં મરણ થવામાં કે તેમની શુદ્ધિમા ન્યૂનતા આવવામાં આજ કારણ છે. બાર કલાકના અંતરે અર્ધુ ધાવીને પણ વાહરડું કેવું હજારે છે તથા તેની શુદ્ધિ કેટલા વેગથી થાય છે તથા તે કેવું નિરાશય રહે છે? પણ આ વાર્તાપ્રતિ હજારો માતાપિતામાંથી કોઈતું પણ લક્ષ જતું નથી એ સામાન્ય આશ્ચર્ય નથીજ! બાળકોને વિશેષ દુધ આપવામાં આવે છે કે પ્રમાણ જેટલું આપવામાં આવે છે તે અત્ર ખુદિમાન અને અશુદ્ધિમાન ઉભયને સ્પષ્ટ થયા વિના રહે તેમ નથીજ. ડૉ. પેગનો અભિપ્રાય આપણે આપી ગયા છીએ કે બાળકને ત્રણ વારજ દિવસમાં ધવરાવવાની કે દુધ કે બીજા આહાર આપવાની જરૂર છે તે આ વાહરડાનો દર્શાવેલો આપણને હિતકરજ નજાય છે.

હજી હમણા તો બાળકનો જન્મ થાય છે, હજી તો તેને ખરાબે માટે તેવું આખું આયુષ્ય રહેલું છે, પણ કોણ જાણે માતાપિતાને એવી મિથ્યા તાલાવેલી હોય છે કે આજને આજ જાણે આપણે બાળકને પુષ્કળ ખવરાવી દઈએ, અને તેને આજને આજ હથથ કરી દઈએ! આ પ્રમાણે માતાપિતાના આ અગ્નિને બાળકોને કેટલી હાનિ કરી છે તેનો નો આપણે વિચાર કરવા એસીએ તો ચકિતજ થઈ જવાય છે. લાખો બાળકોને માતાપિતાના આ અગ્નિને અનેક રોગના ભોગ કર્યા છે, લાખો બાળકોની શુદ્ધિમાં આજ અગ્નિને ન્યૂનતા કરી છે. લાખો બાળકોનાં આજપર્યંત આ અગ્નિને લીધે મરણ થયાં છે, અને લાખો બાળકોનાં જીવન દુઃખી થયાં છે. આ પ્રમાણે આ પ્રકારની એક મિથ્યા શાંતિથી બાળકોને અસંત હાનિ થઈ છે.

આજે એક વક્ત્રને પાલી જુઓ અને તેને દિવસમાં આઠ દસ વાર પુષ્કળ પાણી પાઈ જુઓ. આથી તેની શી દશા થશે; એજ કે તે કોહીને મરી જશે. એ પ્રમાણે નરિ કરતાં જો તેને નિયમ પ્રમાણે જરૂર પુરતુંજ પાણી પાવામાં આવે છે તો તે વધીને મોટું વક્ત્ર થઈ

રહે છે. તેમ પ્રમાણે બાળકને પણ જરૂર જોઈએજ આહાર આપવાની અગત્ય છે; અને તેટલોજ આહાર તેને આપવામાં આવે છે ત્યારેજ તે નીરોગ રહે છે અને કુદરતી નિયમે તેની વૃદ્ધિ થાય છે. જરૂર કરતાં વિશેષ આહાર તેને આપવાથી તે અનેક રોગોનું ભોગ થઈ પડે છે અને તેની વૃદ્ધિમાં પ્રતિબંધ આવે છે. મોટા મનુષ્યને પણ જરૂર કરતાં વિશેષ આહાર લેવાથી હાનિ થાય છે તો નાના બાળકને થાય તેમાં આશ્ચર્ય તથા શંકા શું? જરૂર કરતાં વિશેષ આહાર આપવાથી બાળક જીવે છે તો તેનું આયુષ્ય જીવન ખરાબ થાય છે.

જીંદગીમાં વિશેષ ખાવા ઇચ્છનારે થોડું ખાવું જોઈએ અને થોડું ખાવા ઇચ્છનારે વિશેષ ખાવું જોઈએ. અર્થાત્ જો મનુષ્ય નિયમ પ્રમાણે નિત્ય ખાય છે તો તે જીવનનો સર્વ સમય આરોગ્યનો અનુભવ કરે અને તેથી તે વિશેષ સમય આહાર લઈ શકે છે તથા તે વિશેષ જીવે છે તેથી પણ તેના ખાવાનો સમય લંબાય છે. આ પ્રમાણે હોવાથી તે વિશેષ સમય અને પ્રમાણમાં વિશેષ ખાઈ શકે છે. આથી ઉલટું જે આરંભ-માંજ વિશેષ ખાવા જાય છે, તે વારંવાર માંદા પડે છે, જેથી તેટલો સમય તેમનાથી કાંઈ ખાઈ શકાતું નથી, તેથી તેટલું તે જીવનમાં જોઈતું ખાય છે, તથા તેમનું આયુષ્ય વિવિધ રોગોને લીધે ટૂંકું થતું હોવાથી તેમને ખાવાનો સમય પણ જોઈતા હોય છે. આથી તે નિયમ પ્રમાણે જોઈતું ખાનારના કરતાં સરવાળે જોઈતું ખાઈ શકે છે, અને વધારામાં રોગ-વાળી દશાનો દુઃખદ અનુભવ કરે છે તે વિશેષમાં; તેથી જે વિશેષ સમય અને પ્રમાણમાં વિશેષ ખાવા ઇચ્છતા હોય તેમણે નિત્ય જોઈતું ખાવું અર્થાત્ જરૂરથી જરા પણ વધારે ન ખાવું. આ પ્રમાણે કરવાથી તે જીવે છે તેટલો સમય આરોગ્યનો અનુભવ કરી શકે છે તથા દીર્ઘાયુષી રહે છે જેથી ખાવાનો તેમને વિશેષ સમય મળે છે તથા ખાવાનો આનંદ પણ વિશેષ મળે છે. મોટા મનુષ્યોએ તેથી કેટલું ખાવું એ પ્રશ્ન અત્ર સહજ થવો સંભવિત છે. જમવા બેઠા પછી આપણે બીજું અંતુ જમી શકીએ તેટલી ભુખ રહે ત્યારે ભાણા ઉપરથી ઉડી જવું. પછી ભુખ લાગે તો બપોરે પુનઃ ખાવું. પણ તે વખતે આ નિયમેજ જમવું. પછી સાંજે પણ આજ પ્રમાણે અર્ચુજ જમવું. આ પ્રમાણે કરવાથી ઉત્તમ આરોગ્ય બન્યું રહે છે, જડતા માત્રનો નાશ થાય છે, નિદ્રા તંદ્રાતું તો દર્શનજ થતું નથી, શારીરિક પ્રસન્નતા ચોવીશે કલાક રહે છે, સ્ફુર્તિથી ધારીએ છીએ તે કામ કરી શકાય છે, શરીરની પ્રસન્નતા રહેવાથી શરીર અને મનને નિકટનો સંબંધ હોવાથી માનસપ્રસન્નતા પણ રહે છે. બંધકોશ, અજીર્ણ, જ્વર આદિ અનેક વ્યાધિ સદાને માટે વિદૂર રહે છે, અને સર્વ રીતે જીવન સુખપ્રદ બાને છે. આવો સુખદ પરિણામ શાનો? માત્ર જોઈતું જમવાનોજ. કોઈ કહેશે કે જોઈતું ખાવાથી અમુક રોગ થશે તો તે માનતા નહિ. વધારે ખાવાથી રોગોને આવવાનો સંભવ છે. જોઈતું ખાવાથી તેનો સંભવ છેજ નહિ. વળી આપણે એમ ક્યાંકહીએ છીએ કે જોઈતું ખાઈને ભુખે મરી જવું. પણ આપણે કહીએ છીએ કે જોઈતું ખાવું. પણ ભુખ લાગે ત્યારે પુનઃ ખાવું. આ પ્રમાણે કરવાથી જરૂર બળવાન રહે છે અને જરૂર બળવાન રહેવાથી તે પોતાનું કામ હંમેશા સારી રીતે કરે છે, અને તેથી નિરંતર આરોગ્ય બન્યું રહે છે, અને તેથી આયુષ્ય પણ દીર્ઘ થાય છે.

બાળકોના સંબંધમાં પણ આજ નિયમ લાગુ પડે છે. તેમનું જરૂર અત્યંત કામળ હોય છે અને તેથી તેના ઉપર જરૂર કરતાં જરા પણ વધારે ખોળે ન પડે તેની ખાસ કા-

જાણ રાખવાની જરૂર છે. અને આ પ્રમાણે જો કાળજી નથી રાખવામાં આવતી તો આરંભમાં તેમનાં જરૂર ઉપર પ્રમાણ કરતાં વિશેષ યોગ્ય પદ્ધતિ તે અગતિય યથ જન્ય છે અને તેથી તેમને વિવિધ વ્યાધિ થવાના સંભવો આવે છે તથા તેમનું આયુષ્ય જીવન દુઃખી થાય છે કે પ્રસંગે જાળપણમાંજ તે જીવનરહિત થઈ રહે છે. તેથી આ સંબંધમાં માતાપિતાએ પ્રથમ સાવધાનતા સેવવાની જરૂર છે.

પૂર્વોક્ત વિદ્વાન દાકતર કહે છે કે બ્યારે વાછરડાને જે તેનો સ્વાભાવિક આહાર નિર્ણય થએલો છે તે માત્ર અર્ધા પ્રમાણમાં દિવસમાં બેજ વાર બેઠાંજો તો પછી જે આહાર બાળકને માટે સ્વાભાવિક નથી તે બેથી વિશેષ વખત અને તે પણ બાળકનું પેટ તડાતમ થાય ત્યાં સુધી શી રીતે તેને આપી શકાય ? પ્રત્યેક માતાપિતાએ આ સંબંધમાં વિચાર કર્તવ્ય છે.

આજ વિદ્વાન પુનઃ કહે છે કે મારા બાળકને હું પ્રથમ ગાયનું દુધ ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે દિવસમાં ત્રણ વખત આપતો હતો પછી તે પણ વિશેષ પડે છે એમ મને જણાવાથી જે ત્રણ વખતને બદલે તેને બેજ વખત દુધ આપવા માંડ્યું. પરિણામ ધણોજ સારો આવ્યો અને બાળકની પ્રકૃતિ વિશેષ સારી થવા લાગી.

અને કોઈ માતાપિતા એવી શંકા કરશે કે જ્યાં બાળકો કંઈ એવાં નથી હોતાં કે તેમને આ પ્રમાણે ચાલી શકે. પણ આ શંકા યોગ્ય નથીજ. કદાચ તેમનું શરીર વિશેષ સારૂ હોય તો જરા દુધનું પ્રમાણ વધારે આપું, પણ તેમને દિવસમાં આઠ-દશ વાર તો નજ ધવસાવવાં. મનુષ્ય તરીકે સર્વે બાળકો સરખાં છે. જે રીતે એકની વૃદ્ધિ થાય છે, જે રીતે એક બાળકનું જરૂર કામ કરે છે, તથા ખાધેલું પચાવે છે, જે રીતે તેના શરીરમાં રૂધિર વગેરે રચાય છે, જે રીતે તેમનામાં બળ જીવન આદિની પ્રતીતિ થાય છે, તે સર્વમાં સમાનજ હોય છે. એકની વૃદ્ધિ એક રીતે થાય છે અને બીજાની બીજી રીતે થાય છે એમ નથી. તેથી અમુકજ બાળકોને ઉપરનો નિયમ લાગુ પડે છે અને બીજાને ન લાગુ પડે તેમ છેજ નહિ. વૃદ્ધિના તથા જીવનના વિકાસના નિયમો સર્વે બાળકોમાં અને સર્વે મનુષ્યોમાં એક સરખાજ હોય છે. અને તેથી આપણે એ નિયમ સ્થાપી શકીએ છીએ કે જે અનેક જવાબી શકે છે તેથી બીજાનું જીવન પણ ટકી શકે છે, તથા જેથી એકનું મરણ થાય છે તે બીજાને પણ મારે છે. માટે પૂર્વોક્ત નિયમથી અમુક બાળકને લાભ થવાનો સંભવ છે અને અમુકને નથી એમ કોઈ શંકા કરે તો તે ઉચિત નથીજ.

ઉપર પ્રમાણે દિવસમાં ત્રણ વખત દુધ આપવાં તે બાળકનું વજન નવ મહિને દિવસુ થયું હતું. તેનું કદ પણ બરાવદાર અને બીજાં બાળકો કરતાં કંઈક ઉંચું હતું. જો કે બીજાં ચરખીવાળાં બાળકો કરતાં તે જરા પાતળું હતું, તોપણ તેનું શરીર પિંડીઓયુક્ત હતું. છ મહિનાનું બ્યારે તે હતું ત્યારે ૧૩ પાંચ એટલે લગભગ દોઢશેર ગાયનું દુધ આપ્યા દિવસમાં તેને આપવામાં આવતું હતું. આ વખતે તેના શરીરમાં વધારે ચરખી એકઠી થવા માંડી હતી. જેથી તેને દોઢશેરને બદલે એક શેરજ દુધ આપવા માંડ્યું. આ દુધમાં જરા મલાઈ વિશેષ હોવાથી તે પણ થોડી કાઢી નાંખવામાં આવતી. હવે તેની પ્રકૃતિ ઘણીજ સારી રહેવા માંડી. પછી આઠમે મહિને તેને દોઢશેર દુધ પાછું આપવા માંડ્યું અને તે નવ મહિના સુધી કાયમ રાખ્યું.

બાળકો કેમ સુકાયલાં રહે છે, કે તે જરૂર કરતાં વધારે જડાં કેમ થઈ જાય છે, તેનો કોઈ માતાપિતાને વિચાર હોતો નથી. પણ તેમ થવામાં કારણો હોય છે અને આ કારણોને

જો શોધી કાઢવામાં આવે તો બાળકોના શરીર જેના ધારીએ તેના કરી શકાય છે.

પૂર્વેક્ત બાળકના સમ્બધમાં ઉપર જણાવેલા નિદાન દાકતર નીચે પ્રમાણે હકીકત લખે છે અને તે પ્રત્યેક માતાપિતાને ઉપયોગી હોવાથી નીચે પ્રમાણે સંપર્માં જણાવવામાં આવે છે.

“ તેની પ્રકૃતિ હમેશા સ્વસ્થ રહી છે. જન્મ પછી તે કદી રડતું નથી કે તેને જર્ક-નું કાંઈ પણ દરદ થયું નથી. તેને જોઈને તમામ મનુષ્યોને આશ્ચર્ય થયા વિના નથી રહ્યું, અને પ્રત્યેક મનુષ્યે તેના આરોગ્યની સ્તુતિ કરી છે. તેના શરીરમાં જરા પણ નકામી ચરબી થઈ નથી. તેની વૃદ્ધિ યથા નિયમે થઈ છે અને તેનું શરીર સર્વોચ્ચ સુંદર રહ્યું છે. તેના ચહેરા હમેશાં લાલ સુરખ રહ્યા છે. ઉધરસ, વગધ, આકા, બધકોશ, ઉલટી, તાન, મરડો, ચુંક; કે એવું કશુંજ તેને કદી થયું નથી. સવારે છવાગે, બપોરે બાર વાગે, અને સાંજે છ વાગે, તેને દુધ આપવામાં આવતું અને તે પૂરું આનંદથી તે પીતું. તે દિવસે કે રાત્રે બ્યારે બ્યારે ઉઘી જતું ત્યારે કદી પણ રડી ઉઠતું નહિ કે તેની ઉંઘમાં જરા પણ ખલેલ થતી નહિ. તે શાંતિથી જેટલો સમય ઉઘવું હોય તેટલો સમય ઉઘતું તે ઉઘતું ત્યારે પણ પ્રસન્નતાથી હસતું ઉઠતું. ઘોડીઆમાં નાખીને કે હાથમાં લઈને અમારે કદી તેને શાંત કરવું પડ્યું નથી પણ જ્યારે તેને સુવાસું હોય ત્યારે કદી પણ ક્યાં વિના તેના સુનાના ગ્લાનમાં મૂકી દેવામાં આવતું, અને તે સુખ પૂર્વક ઉઘી જતું આ બાળક જાતે પણ સુખી છે અને અમને પણ તેણે સુખી કર્યા છે. તેનાથી અમને આનંદ રહ્યો છે. અને કોઈ જાતનો ત્રાસ થયો નથી ”

પ્રિય વાચક ! ઉપરની હકીકત વાચનારમાંથી ધણીને બાળકને ઉછેરવાનો અનુભવ થયો હશેજ, પણ ઉપર પ્રમાણે માતા પિતાને જરી પણ ત્રામ ન થાય તેવી રીતે બાળકને ઉછેરવાનો આગેજ કોઈને અનુભવ થયો હશે. આપણે જો કોઈ માતાપિતાને પૂછી અથવા કોઈને ઘેર જઈને જોઈએ તો જણાશે કે બાળકોનો જન્મ થયા પછી વિશેષ કરીને માતાનો અને પિતાનો ઉભયનો ધણો સમય તેની ઉઘવેક પગલાંડે જાય છે. માતા કહે છે કે તે દિવસે રહે છે તેને ઘોડીઆમાં ધાવી બે ઘડી હીચોળાએ છીએ ત્યારેજ તે ઉઘે છે. રાત્રે પણ તે જમતું નથી, આજ તો ઝાડા થયા છે, કાંચે વરાધ થઈ છે, પરમ દિવસે બધકોશ થયો છે, માટે દીવેલ પાણું છે, આવીને આવી તમમ માતાપિતાને હકિકત કહેતા આપણે સામળી-એ છીએજ.

અન એવો પ્રશ્ન થાય છે કે આ પ્રમાણે માતા પિતાને ત્રાસ થાય એવાં જન્મથીજ બાળકો હોય છે, કે માતા પિતા તેમને તેનાં કરી મૂકે છે; તથા ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે માતા-પિતાને જરા પણ ત્રાસ થાય નહિ તેવી રીતે બાળકોને ઉછેરી શકાય છે શું?

આ બે પ્રશ્નોનું ઉત્તર નીચે પ્રમાણે છે. બાળકો જન્મથી કદી માતાપિતાને ત્રાસ આપે એવાં હોતા નથી પણ તેમને ત્રાસ આપે તેના કરવાં કે શાંતિ આપે એવા કરવાં તે માતાપિતાના ઉપર આધાર રાખે છે એકજ માતાનાં બે પોપટના બચ્ચાંમાંથી જેમ એકને સારે ઘેર લઈ જવામાં આવ્યું હતું અને તે સારે બોલતાં શીખ્યું હતું અને બીજાને નહારે ઘેર મૂકતાં તે નહાર બોલતા શીખ્યું હતું, તેમ બાળકોને પણ જેના સહેનસમા ગમનામાં આપે છે તેવાં તે થાય છે. જો ઉછેરતાં આવડે છે તો બાળકો માતાપિતાને સુખ ઉપજાવે તેવાં થાય છે. અને નહિતો તેમને દુઃખ ઉપજાવે તેવાં થાય છે. ધણી મનુષ્યોનું માનવુંજ

હોય છે અને તે સ્પષ્ટ કહીએ તો વિચાર વગરનુંજ હોય છે કે બાળકો તો રહે, બાળકો તો માંદાં પડે, વગેરે. તેમ થવાની કશી આવશ્યકતા નથી. જો બાળકને યથા નિયમે ઉછેરવામાં આવે છે તો તે માતાપિતાને જરા પણ ત્રાસ આપતાં નથી પણ ઉભયનું શુભ સુખરૂપ કરે છે. આજે જેમને બાળકો છે તેમને ઉછેરવાને માટે માતાપિતાનો ધર્મો સમય જાય છે અને તેમની ધણી ઉઠેલે કરવી પડે છે. પણ આ પ્રમાણે થવાનું કારણ માતાપિતાનું અજાનજ છે. સહજતો તે નિરાધાર હોવાથી તેમની પછાતે સમય જવાનો પણ તે કદાપદ થવાનો નહિ તથા બીજા કામકાજમાં બાળકોથી માતાપિતાને વિધન થવાનું નહિ; પણ આનો આધાર તો તેમને કેમ ઉછેરવાં તે આવડે છે તેના ઉપર રહેલો છે.

ધણાં મનુષ્યો તત્કાળ ઉપરનું લખાણ વાંચીને બોલીજ ઉઠશે કે એમ તે વળી થતું હશે કે? એમને બાળકો ઉછેરતાં હશે કે? આ તો બહું લખવામાં સહેલું છે, પણ તે પ્રમાણે થવું કંઈ સંભવિત છે શું? આજ પ્રમાણે તેઓ આ સંબંધમાં પોકાર કરી ઉઠશે, પણ તેમનો આ પોકાર આ સંબંધીનો તેમણે કદી પણ વિચાર કર્યો નથી, તેને લીધે જ છે. તેમને આપણે જો પ્રશ્ન કરીએ છીએ કે મનુષ્ય શ્રેષ્ઠ કે પશુ શ્રેષ્ઠ? તેઓ તરતજ કહેશે કે મનુષ્ય. ઠીક ત્યારે. હવે પશુ પક્ષીને જે પ્રજા અવતરે છે તેમની શી સ્થિતિ હોય છે તે પ્રતિ જરા દૃષ્ટિ કરો. પશુ પક્ષીનાં બાળકોને માટે તેમના માતા પિતાને તેમની કેટલી ઉઠેલે કરવી પડે છે? એક વાહરડું જન્મે છે કે બે ચાર દિવસમાંજ તે સારી રીતે ચાલતાં શીખે છે. કોઈના પણ ખાવાનું શીખવ્યા વિના તે ખાતાં શીખે છે. અને થોડાજ વખતમાં જે ક્રિયાઓ મોટાં પશુ કરે છે તે સંપૂર્ણ ક્રિયાઓ તે કરવા મડે છે. ચકલીને એક બચ્ચુ અવતરે છે કે અદમ સમયમાંજ તે ઉડતાં શીખે છે. અને દશ પંદર દિવસમાં તે સ્વતંત્રતાથી જેમ મોટાં પક્ષીઓ ઉડે છે તેમ તે પણ ઉડવા મડે છે, અને તે સ્વતંત્ર થઈ રહે છે. કેટલી સ્વતંત્રતા ધણાજ ટુંકા વખતમાં આ પશુ પક્ષીને મળે છે! તેમને આહું જ્ઞાન કોણ આપે છે? નથી કોઈ તેમને મહિનોના મહિના ખાતાં શીખવતું, નથી તો તેમને ચાલવાને માટે ટેલણ ગાડીઓ દરાવવી પડતી, કે નથી તો મનુષ્યના બાળક જેવી બીજી હજાર પ્રકારની ઉઠેલે તેમને માટે કરવી પડતી. છતાં મહદ્ આશ્ચર્ય એ છે કે, તે પોતાની મેળેજ ધણું ટુંકા સમયમાં સ્વતંત્ર થઈ રહે છે. હવે મનુષ્યના બાળકની સ્થિતિ પ્રતિ દૃષ્ટિ કરો. તે કેવળ નિરાધાર હોય છે, તેને ચાલતાં નથી આવડતું. તેને આહું હોય તો પોતાની મેળે ખાતાં દશ બાર મહિના પછી આવડે છે, તેને ચાલવું હોય તો દશ બાર મહિને ચાલતાં આવડે છે, તેને બોલવું હોય તો કેટલે લાંબે વખતે બાજ્યું તુટ્યું બોલતાં આવડે છે; અને આજ પ્રમાણે તે અનેક બાબતમાં પરતંજ અને નિરાધાર હોય છે. શુદ્ધિમાન વાંચક! વિચાર કરો. આ શું? મનુષ્યને આપણે શ્રેષ્ઠ ગણીએ છીએ તેનાં બાળક પરતંજ અને આટલાં નિરાધાર! જ્યારે પશુ પક્ષી કે જે મનુષ્યોથી દનિષ્ઠ ગણાય છે તેમનાં બાળક સ્વતંત્ર અને સ્વાઘ્રથી! આમ થવું ચોગ્ય છે શું? એક વાહરડાને જન્મ્યા પછી દશમે દિવસે કુદવું હોય તો એહિં તહિં છલંગો મારવું કર્યા કરે અને એક બાળકને કુદવું હોય તો તેનાથી કંઈ જ થઈ શકે નહિ! કેટલું બહું મહદ્ અંતર? તો હવે કહો કે મનુષ્ય શ્રેષ્ઠ કે પશુ પક્ષી? આ બાબતમાં તો આપણાથી પશુ પક્ષી કરતાં મનુષ્ય શ્રેષ્ઠ નહિ જ કહી શકાય. બીજા બંને ગમે તેમ કહે પણ જે શુદ્ધિમાન છે અને જે વિચારથી છે તેનાથી તો એમ નહિ જ કહી શકાય કે આ બાબતમાં મનુષ્ય શ્રેષ્ઠ છે. આ માટે પશુપક્ષીનાં બાળકોની પેઠે મનુષ્યનાં બાળકો પણ જન્મ્યા પછી થોડા જ

સમયમાં સ્વતંત્ર અને સ્વાશ્રયી ન થઈ શકે ? અને તે પ્રમાણે જો થાય તો માતાપિતાને પછી કેટલું સુખ થાય તેનો વિચાર કરો, તેની કલ્પના કરો. જન્મ્યા પછી બાળક થોડા દિવસમાં ચાલતાં શીખે, બોલતા શીખે, ખાતાં શીખે, અને સર્વક્રિયાઓ મોટા મનુષ્યની પેઠે કરતાં શીખે, તો માતા પિતાને પછી તેમનાથી કંઈ પણ ત્રાસ થાય ખરો કે ? બાળક બાળકને રસતે અથવા તે પોતાના સર્વ કાર્યો સ્વતંત્રાથી કરીશે અને માતાપિતા માતાપિતાને રસતે, એ પ્રમાણે પછી અલ્પ સમયમાંજ થાય અને પ્રત્યેકપતિના હજારો ત્રાસ એકદમ ન્યૂન થઈ જાય. વળી અત્ર એ શંકા ઉઠશે કે “આ પ્રમાણે કંઈ થવું હશે ? તેવના પાણી તે મોઢે ચડતાં હશે ? બાળકો કંઈ ઠાળથી આ પ્રમાણે વૃદ્ધિને પામતા બેવામાં આવે છે, તેમનામાં ઉપર પ્રમાણે તે કંઈ ફેરફાર થતો હશે ? કુદરતમાં તે પ્રમાણે થવાનું હોત તો શા માટે આ પ્રમાણે થાત ?” આ પ્રમાણે શંકા ઉપર શંકા મનુષ્યો ઉત્પન્ન કરેજો, પણ આપણે આ શંકાકાર મનુષ્યોને પુછીએ છીએ કે, ત્યારે પશુપક્ષી વગેરે કુદરતમાં રહેતાં હશે, કે કુદરતની બહાર રહેતા હશે ? અને તેમનાં બાળકો માટે જ્યારે અમુક થવું કુદરતી ગણાય છે ત્યારે મનુષ્યોનાં બાળકો માટે કુદરતી નથી એમ કેમ કહી શકાય ? મનુષ્યો શુ કુદરતમાં નથી રહેતાં ? પશુપક્ષીનાં બાળકો જન્મથીજ સ્વતંત્ર અને સ્વાશ્રયી હોવાના કારણે છે અને મનુષ્યનાં બાળકો જન્મથી પરતંત્ર અને પરાશ્રયી હોવાનાં પણ કારણે છે. આ કારણેને મનુષ્ય શોધે તો તેને તે સ્પષ્ટ થયા વિના નથીજ રહેતાં. અને મનુષ્યના બાળકો શા માટે આટલાં બધાં પરતંત્ર અને પરાધીન હોય છે તેનાં કારણો શોધીને જો મનુષ્ય તેને દુર કરે તો તેમનાં બાળકો પણ પશુપક્ષીની પેઠે જન્મથી સ્વતંત્ર થયા વિના નથી રહેતાં. આપણે જરા પ્રસ્તુત પ્રસંગથી સહજ આડા ચાલી ગયા છીએ, તોપણ આ સંબંધમાં અત્ર સહજ સૂચના કરવાનો અનુકૂળ પ્રસંગ હોવાથી તે પ્રમાણે કરવું યોગ્ય ગણ્યું છે. આ સંબંધમાં અત્ર સહજ ઇસારોજ કર્યો છે. બુદ્ધિમાન વાચકો આ સંબંધમાં અધિક વિચાર કરશે તો તેમને વિશેષ પ્રકાશ થશેજ. વળી આગળ ઉપર કોઈ પ્રસંગે આ વિષય અધિક ચર્ચાશે. હવે આપણે આપણા ચાલતા પ્રસંગ ઉપર આવીએ છીએ.

આગળ આપણે જણાવી ગયા છીએ કે પાંચ છ મહિનાના અને તેથી ઉપરની ઉંમરના બાળકને એક દિવસમાં કેટલા વખત ખોરાક આપવો તથા કેટલું પ્રમાણ આપવું. પ્રત્યેક બાળકને કેટલું પ્રમાણ આપવું એ કોઈ પણ રીતે નક્કી થઈ શકે તેમ નથી. તોપણ સાધારણ રીતે પૂર્વ જણાવ્યા પ્રમાણે એક સામાન્ય નિકમ રચાપી શકાય છે. માતાપિતાનાં શરીર ધણું સુદૃઢ હોય છે તો તેમના બાળકોનાં શરીર પણ સુદૃઢ હોય છે અને તેથી તેમની પ્રકૃતિ પ્રમાણે તેમને જરા વિશેષ આહાર આપવામાં આવે તો અડચણ નથી. તેજ પ્રમાણે જો બાળકોની પ્રકૃતિ નિર્બળ હોય છે અને જેમના શરીર અતિ સૂકુમાર હોય છે તેમને તેમની પ્રકૃતિ જોઈને આહારનું પ્રમાણ આપવાની જરૂર છે.

આ વિષય ધ્યાનપૂર્વક વાંચનારને એ જાણવાની સહજ ઇચ્છા થશેજ કે બાળક જન્મે કે તેમના સંબંધમાં શુ કરવું ? પુરોક્ત વિદ્વાન દ્રાક્તરે આ શંકાનો ખુલાસો કરેલો છે. તેમણે પોતાના બાળકની જન્મ્યા પછી કેવી સંભાળ લીધી છે તે આપણે અત્ર સ્વલ્પમા જણાવીશું.

આ બાળકનો જન્મ સોમવારની સાંજના ચાર વાગે થયો હતો. તેને સ્વચ્છ કરીને સ્વચ્છ કપડામાં સુવાડ્યા પછી તે છ વાગ્યા સુધી ઉઘી ગયું. ત્યાર પછી તેને સહજ ધવસાવવામાં અગ્રંથ અને તે આખી રાત શાંતિથી ઉઘી ગયું.

(આપણામાં બાળકને જન્મ થયા પછી જે ત્રણ દિવસ સુધી ગળાયુથી પાવામાં આવે છે તે જે વાપરવીજ હોય તો ગળાયુથીમાં ધી સહજ નાખવું જોઈએ. ઘણું માતાપિતા ગળાયુથીમાં ઘણું ધી નાખે છે અને તેવી બાળકને હાનિ થાય છે. પ્રસંગે વિશેષ ધી તેના પેટમાં જવાથી તેને મરી જવાનો પ્રસંગ આવે છે. કોઇ કોઇ વિદ્વાનોનું કહેવું છે કે આ પ્રસંગે માતાના દુધથી પણ તેને હાનિ થતી નથી, કારણ કે તે દુધવડે તેનો પેટમાંથી જે નકમો પદાર્થ નીકળી જવાની જરૂર હોય છે તે નીકળી જાય છે માતા બાળકને, ગળાયુથી પાય છે તે કલાકે કલાકે પાય છે, આ તેને તુકશાનજ કરે છે પણ તે દિવસમાં ત્રણ વાર આપવાની જરૂર છે.)

મંગળવાર સવારે આ બાળક પુનઃ આઠ વાગે જાયું. તેને તેના પ્રમાણમાં ધવરાવવામાં આવ્યું અને પછી તે બપોરના દોઢ વાગતાં સુધી ઉઘી ગયું. દોઢ વાગે વળી તેને સહજ ધવરાવવામાં આવ્યું અને તે ત્રણ વાગ્યા સુધી ઉઘી ગયું. પછી તેને કોશીળા પાણીએ સ્નાન કરાવ્યું અને પુનઃ તે સાંજના સાત વાગ્યા સુધી ઉઘી ગયું. ત્રીજી વખતે તેને આ વખતે ધવરાવવામાં આવ્યું અને બુધવારના સાત વાગ્યા સુધી શાંતિથી ઉઘી ગયું.

બુધવારે માત વાગે જ્યારે તે ઉઠ્યું ત્યારે તેને તૃપ્તિપર્યંત ધવરાવવામાં આવ્યું. અને તે દસ વાગ્યા સુધી ઉઘી ગયું. દસ વાગે તે જાયું ત્યારે તેને સ્નાન કરાવ્યું. સ્નાન કરાવ્યા પછી તે સહજ ઉઘીને જાયું અને આંખો ફરારીને બાર વાગ્યા સુધી આનંદથી રમતું પડી રહ્યું. માતાની આજુબાજુની સહિતે જાણે તે જાળખવાને પ્રયત્ન કેમ ન કરતું હોય તેમ આ વખતે જણાતું હતું. પછી તેને ધવરાવવામાં આવ્યું અને તે સાંજના સાડાપાંચ વાગ્યા સુધી ઉઘી ગયું. સાંજના છ વાગે તેને ત્રીજીવાર ધવરાવવામાં આવ્યું. અને ત્યાર પછી તેને સવાર સુધી ધવરાવવાની જરૂર પડીજ નથી.

(પ્રત્યેક માથાપ આ પ્રમાણે કરતાં નથી, એક કલાક તો પુરો થયો હોતો નથી એટલામાં તો તેવું ગણું સુકાઇ ગયું હશે, તે બુખ્યું થઇ ગયું હશે, કરીને ધવરાવે છે. તેને દિવસે ધવરાવે છે એટલુંજ નહિ પણ રાતમાં પણ તેને વારંવાર ધવરાવે છે. બાળકોને અનેક બાધિ થવામાં, તેમનાં અકાળે મરણ થવામાં કે તેમની દૃઢિમાં ન્યૂનતા થવામાં આજ કારણ છે.)

શુક્રવારે સવારે આ બાળક ઉઠ્યું અને તેને ધવરાવવામાં આવતાં તે સાડાનવ વાગ્યા સુધી ઉઘી ગયું. ત્યાર પછી તે જાયું અને તેને સ્નાન કરાવવામાં આવ્યું. તે ધાગ્યા પિનાજ બપોરના ૧૨ વાગ્યા સુધી શાંતિથી ઉઘી ગયું. બાર વાગે તેને ત્રીજીવાર ધવરાવવામાં આવ્યું. ત્યાર પછી તે શાંતિથી ઉઘી ગયું.

આ બાળકના સંગ્રહમાં આ વિદ્વાન દાકતર કહે છે કે તે જાતે સુખી રહ્યું છે, અને આપાને, તેની માતાને કે મને કોઇ પણ પ્રકારનો ત્રામ આપ્યો નથી. તે વયમાં જાગતું તો રહતું નહિ પણ જે તેના જોવામાં આવે તેના પ્રતિ જોઈ રહેતું.

શુક્રવાર સવારે પોણા છ વાગે તે જાગત થયું અને તે વખતે તેને ધવરાવવામાં આવ્યું. ત્યાર પછી પોણાગારે તેને ત્રીજી વખત ધવરાવવામાં આવતાં તે તૃપ્ત થઇ જતું હતું, કારણ કે, દુધ પુષ્ટગ પ્રમાણમાં આવતું હતું. માંજે સાડાપાંચે તેને ત્રીજીવાર ધવરાવવામાં આવ્યું અને પછી તે રાત્રિમાં શાંતિથી ઉઘી ગયું.

આ દાકતર કહે છે કે જ્યારે રાત્રે તેને સુતાવવામાં આવતું ત્યારે તે આરંભમાં જરા આમ તેમ આજોટવું અને પત્રી ચોડીવારે સુત્ર જતું. આરંભમાં તેને સહેજ અસાંતિ જણાતી

હતી. આ દાકતરનું આ સંબંધમાં કહેવું છે કે આ પ્રમાણે થવાનું કારણ રાત્રે તે જરા પેટ બારીને ધાવતું હતું તે હતું. હું પણ રાત્રે સહજ વધારે ધાવવા દેતાં કારણ કે આખી રાતમાં તેને પુનઃ ધવરાવવાનું ન હતું.

શનિવારે સવારે તે સાત વાગે જાગૃત થયું. તેને નિયમ પ્રમાણે સવારમાં ધવરાવવામાં આવ્યું. પછી તે દસ વાગ્યા સુધી ઉઠી ગયું. તેને દસ વાગે રૂનાં કાવવામાં આવ્યું, અને તેને તેને આયાએ હાથમાં લઇને આગતેમ ફેરવ્યું ત્યાર પછી તે ઉઠી ગયું અને બાર વાગ્યા સુધી ઉઠ્યું નહિ. બાર વાગે ધવરાવ્યા પછી તે પુનઃ સાંજના છ વાગ્યા સુધી ઉઠી ગયું તે જરા પણ દિવસે કે રાત્રે રડતું નહિ. જ્યારે તેને શાય જડું હોય ત્યારે સહજ રડવા જેવો શ્વાસ કરીને તેનો સમય થયો છે એવું તે દર્શાવતું.

રવિવારે સવારે તે સાત વાગે ઉઠ્યું અને જરા પણ રડ્યા વિના તેની માતાના હાથ પાસે રમતું એક કલાક પડી રહ્યું. આ વખતે જાણે તે ત્રણ મહિનાનું બાળક હોય તેમ જણાતું હતું. તે પોતાનું માથું સીધું ટકાર રાખી રાકતું હતું. બપોરે બાર વાગે તેને નિયમ પ્રમાણે પુનઃ ધવરાવવામાં આવ્યું. ત્યાર પછી કેટલો વખત તેણે આનંદથી રમ્યા કર્યું. જરા ઉઘે, વળા જાગે એમ કરતાં કરતાં સાંજના છ વાગ્યા. છ વાગે તેને ધવરાવવામાં આવ્યું અને પછી તે ઉઠી ગયું. આ બાળકે કોઇ દિવસ અમને ઉગ્ગરે કારણે નથી એમ આ દાકતરનું કહેવું છે.

સોમવારે સવારે સાત વાગ્યા પછી થોડીજ વારે તે જાગૃત થયું અને તેને ધવરાવવામાં આવ્યું. ત્યાર પછી તે તેની માતાના પાસામાં રમતું કેટલીક વાર પડી રહ્યું. દસ વાગે તેને નવરાત્રીને આમ તેમ હાથમાં રાખીને આયાએ તેને ફેરવ્યું. ત્યાર પછી તે ઉઠી ગયું અને બાર વાગ્યા સુધી તે જાગૃત થયું નહિ. બાર વાગે તે જાગૃત થયું અને તેને નિયમ પ્રમાણે ધવરાવવામાં આવ્યું, સાંજના છ વાગે પુનઃ તેને વાળું વખતે ધવરાવવામાં આવ્યું. અને આ પ્રમાણે તેનું પ્રથમ અઠવાડિયું સુખમાં ગયું.

પ્રિય વાંચક ! તમારે બાળક હોય તો તેને અથવા તો તમારા કોઇ સગાના કે કોઇ આડોશીપાડોશીના બાળકના જીવનને આ બાળકના જીવન સાથે સરખાવજો. તમને આ બાળક અને બીજા બાળકના જીવનમાં મહદ્ અંતર જણાયા વિના નહિજ રહે. કારણ શું? કારણ બીજા કંઇજ નથી પણ માતાપિતાનું અસાનજ કારણ છે. જો બાળકને ઉછેરતાં આવડે છે તો તે જાતે સુખી થાય છે અને માતાપિતાને પણ સુખ ઉપજે છે પણ તેમને ઉછેરતાં નથી આવડતાં તો તે જાતે દુઃખી થાય છે અને માતાપિતાને પણ દુઃખ થાય છે.

અહોહો! બાળકને ઉછેરતાં માતાપિતાને કેટલો શ્રમ પડે છે! તેમને ધડીએ ધડીએ ધન-રાવવાં પડે છે, તે વારંવાર રડે છે, તેમને વારંવાર હલદી થાય છે કે ઝાડ થાય છે, પેટમાં દુઃખ થવાથી કે બીજા કારણથી વારંવાર રડે છે, થોડીઆમાં ઘાલી તેને ક્યાં સુધી હાલરડાં ગાઇને હીચોળવાં પડે છે ત્યારે તે ઉઘે છે, રાત્રે પણ તે વારંવાર રડે છે અને ઉઘતાં નથી; આ વગેરે અનેક પ્રકારનો ત્રાસ માતાપિતાને થાય છે. શું આવો ત્રાસ થવોજ નોંધએ કે શું તે કુદરતી છે?

આ પ્રમાણે થવાની કશીજ અગત્ય નથી. એમજ આપણે કોઇને કહીએ તો તે તત્કાલ કહેવા માંડે છે, “વાંઝણીને પ્રસન્નિની પીડાની શી ખબર હોય? તમને પ્રમ્મ નથી! એટલે આમ થવું નોંધએ અને આમ ન થવું નોંધએ, એવું કહાપણ કરવું સરે છે, પણ એકેએ

છોકરાં હમણાં હોય તો બધી ખજાર પડે, કે છોકરાં કેમ ઉછેરાય છે ! છોકરાંને ઉછેરતાં અર્ધી થઇ જતું પડે છે, ત્યારે તે ઉછેરે છે. બાળકોને મોટાં કરતાં માતાપિતા પશુનો અવતાર ભોગવે છે ત્યારે તે મોટાં થાય છે. વાતો કરે કંઈ તે મોટાં થઇ જતાં નથી. બાળકો ખીચારાં નિરાધાર હોય છે અને પશુ જેવાં હોય છે તે કંઈ ખોલી કે ચાલી શકે છે ? તેમની પ્રાણ બચારે આડે પ્રહાર બાળકમાં આવે છે ત્યારે તેમનું રક્ષણ થાય છે. ”

આ પ્રમાણે અનેક વચનો આ મનુષ્યો આપણને સંભળાવે છે અને બાળકોને ઉછેરવાં એ જાણે મહા ભગીરથ કાર્ય હોય એમ તે સમજે છે, પણ આ સઘળો પરિણામ અજ્ઞાનનો છે; બાળકોને કેવી રીતે ઉછેરવાં તેનું આ મનુષ્યોને લેશ પણ જ્ઞાન હોતું નથી. બાળકોને ઉછેરવામાં શ્રમ જેવું જો તેમને ઉછેરતાં આવડે તો કંઈજ નથી. પણ આજે મનુષ્યો સમજે છે કે અમેજ બાળકોને કેમ ઉછેરવાં તે જાણીએ છીએ, પણ વસ્તુતઃ તે બાળકોના જીવનને બગાડે છે અને પોતે પણ દુઃખી થાય છે.

ઉપર જે બાળકનું દષ્ટાંત આપવામાં આવ્યું છે તે કલ્પિત નથી પણ કેવળ સાચું છે. તેને ઉછેરનાર પૂર્વોક્ત દાકારે તેને કેવી રીતે ઉછેરવામાં આવ્યું હતું તે સર્વ તેની નિત્યનોંધ (ડાયરી)માં લખી લીધું હતું. આ બાળકના જીવનને જેતાં આપણને સ્પષ્ટ થાય છેજ કે બાળકોને આજે કેવી રીતે ઉછેરવાં તેનું જ્ઞાન માતાપિતાને નથી. તથા બાળકોને ઉછેરવામાં જેવા ત્રાસ અને જેવા દુઃખનું અનુભવ કરવામાં આવે છે તેવું તેમાં કંઈ રહેલું નથી.

આ બાળકને જન્મથીજ ચોવીસ કલાકમાં ત્રણ વખત ધરણવવામાં આવતું હતું અને તે પ્રમાણે કરવાથી તેના શરીરમાં ચોખ્ખું વૃદ્ધિ નિત્ય થઇ છે તથા તેનું આરોગ્ય ઉત્તમ રહ્યું છે અને તેણે હમેશાં પ્રસન્નતાનો અનુભવ કર્યો છે, આજ પ્રમાણે જો કે પ્રત્યેક બાળકની જન્મથી સંભળા રાખવામાં આવે તો તે પણ આજ પ્રમાણે સુખી થાય અને અન્યને સુખી કરે.

માતાપિતા બાળકોને ગર્ભમાંથી જોવાં ધારે છે તથા પછી પણ તેમને જોવાં ધારે છે તેવાં તે થાય છે. આગળ આપણે જાણવી ગયા છીએ તે પ્રમાણે બાળકોને પશુ પક્ષી કરતાં આટલાં પરત્ર અને નિરાધાર કરવામાં માતાપિતાનાજ વિચારો કારણભૂત છે. કેવી રીતે આ પ્રમાણે તેમને પરત્ર અને નિરાધાર કરવામાં માતા પિતાના વિચારો કારણભૂત છે. તેનો જો આપણે વિચાર કરીએ તો તે આપણને સ્પષ્ટ થાય તેમ છેજ. પણ અત્ર તેનો વિચાર કરવા જતાં ઘણો વિસ્તાર થવાનો સંભવ હોવાથી તેમજ તે પણ અત્ર અસ્થાનીય ગણાય તેમ છે, જેથી વળી કોઇ સ્વતંત્ર વિષયમાં ભાવિમાં આપણે એ સંબંધમાં વિચાર કરીશું.

આ સંબંધમાં “પોપ્પુવર સાયન્સ મંથલી” નામના પેપરમાં પ્રો. ગ્રેયર, નીચે પ્રમાણે લખે છે. ‘અમે ખીજ બાળકોને જોવાં છે પણ ચઉદ અઢવાડીયાં સુધી તેમનું ગળું ટ્યાર રહ્યું નથી. ચાર મહિના પછીજ આ પ્રમાણે પોતાનું ગળું ટ્યાર રાખતાં બાળકોને અમે જોવાં છે. પણ જે બાળકને દિવસમાં ત્રણ વખતજ ધરણવવામાં આવતું હતું તે બાળકને અમે જોયું હતું તો તે ચાર દિવસમાંથીજ તેનું માથું સીધું રાખતું હતું. આ બાળકની દાદી તેને જોવાને આવી તેને આ પ્રમાણે દિવસમાં ત્રણ વખત ખાતાનું અપાતું જોઇને ઠીક ન લાગ્યું પણ તેને તેનું આપું સાફ આરોગ્ય જોઇને આશ્ચર્ય થયા વિના નહીં રહ્યું. ચાર મહિને આ બાળક પોતાની મેથે ખોલી શકતું અને ત્યારે તેને ગાડીમાં ફેરવવાને લેઈ જવામાં આવતું ત્યારે તેને આગળની બાજુ ગળડી પડે નહિ માટે પડે જાવવાની જરૂર પડતી નહિ એટલું ટ્યાર તે બેસી શકતું.’

વૈદ્ય કે દાકતરને ઘેર સહજ બધા થતાં બાળકોને લઇ જવામાં આવે છે કે તે કોઇ દવા આપવાને તૈયાર થઇ જાય છે, પણ દવા નહિ આપતાં તેના આહાર સંબંધી સૂચના માતા પિતાને આપે તો બાળ્યેજ તેમને દવાની જરૂર પડે. બાળકોના સંબંધમાં અવ્યવસ્થા થવાનું કારણ પ્રધાનપણે તેમના આહારનું અનિયમિતપણ જ છે.

ઉપર જે બાળકનું દર્દાંત આપણે આપી ગયા છીએ તે બાળકને હમેશાં ખુબી હવા મળે તેવી રીતે રાખવામાં આવતું, તેના રહેવાના ઓરડામાં તડકો પણ આવતો, શીઆળામાં પણ તેના ઓરડાનાં બારી બારણાં બંધ કરી દેવામાં આવતાં નહિ, તેને જરૂર પુરતાંજ કપડાં પહેગવવામાં આવતાં અને આજ પ્રમાણે તેના સંબંધમાં આરોગ્યના નિયમ પ્રમાણે સંભાળ લેવામાં આવતી. ઉનાળામાં અનેક માતાપિતા ખુબો પાડે છે, કે બાળકો ઉંચતા નથી, પણ તેનાં બે કારણો હોય છે; એક તેમના આહારની અવ્યવસ્થા અને બીજું ખુબી હવાનો અભાવ.

ધણા મોટા મનુષ્યોને સહજ ઠંડીમાં જતાં કે સહજ ઠંડી હવા તેમને લાગતાં કે સહજ ઠંડા પાણીએ સ્નાન કરતાં શરદી થઇ આવે છે. આ પ્રમાણે થવાનું કારણ તેમનામાં બાળ-પણથીજ ઉત્પન્ન થએલું હોય છે. કારણ કે માતાપિતા તેમને ઠંડી લાગવાના બધથી કપડાં પહેરાવી રાખે છે. તેમની ત્વચાને ખુલ્લી હવાનો લાભ શરદીના બધથી બહુજ ઓછો લેવા દે છે, અને તેના પરિણામ એ આવે છે કે તેમની ત્વચા અત્યંત કોમળ થઈ રહે છે અને સહજ કારણ મળતાં તેમને શરદી થઇ આવે છે, તેથી જેમ મોટા મનુષ્યો ખુલ્લી હવાનો લાભ લે છે તેમ બાળકોને પણ કમે કમે તેવો લાભ આપવાની જરૂર છે.

જો બાળકને બરાબર નિયમ પ્રમાણે આહાર આપવામાં આવે અને યોગ્ય વસ્ત્ર પહે-રાવવામાં આવે તથા બીજી સામાન્ય સંભાળ રાખવામાં આવે તો તે રડતાં નથી, તેમને બાધ થવાનો સંભવ આવતો નથી તથા તે પ્રસન્નતાથી ઉછરે છે અને જાતે સુખાનુભવ કરી માતાપિતાને પણ સુખ ઉત્પન્ન કરે છે.

ધણાં બાળકો દીર્ઘશંકા પણ અનિયમીત રીતે કરે છે. માતાપિતાનું આ સંબંધમાં કહેવું હોય છે, કે તે પ્રમાણે બાળકોના સંબંધમાં તો થાયજ. આ પ્રમાણે થવું સ્વાભાવિક હોય એમ - તે માને છે. પણ તે તેમની ભૂલજ છે. જેમ આગળ જણાવી ગયા તે પ્રમાણે તે એમ માને છે કે બાળકો તો દિવસમાં ઘણીવાર ધાવે તેમ આ સંબંધમાં પણ તે તેમજ માને છે. વારંવાર નાનાં બાળકો દીર્ઘશંકા કરે છે, તેવું કારણ એ હોય છે કે તેમને વારંવાર ધવરાવવામાં આવે છે. તેમનો આહાર અનિયમીત હોવાથી લઘુશંકા દીર્ઘશંકા પણ અનિયમીતજ હોય છે. પણ જો બાળકોને ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે દિવસમાં ત્રણવારજ ધવરાવવામાં આવે છે તો પછી તેમને વારંવાર દીર્ઘશંકાની જરૂર પડતી નથી. અનિયમિત આહારજ અનિયમિત દીર્ઘશંકા કરાવનારજ છે. વારંવાર દીર્ઘશંકા થતી એ સ્વાભાવિક નથીજ. શું મોટાં મનુષ્યોને દિવસમાં વારંવાર દીર્ઘશંકા કરવા જતું પડે છે કે? તે માત્ર એક બેજ વખત જાય છે. તે પ્રમાણે બાળકોના સંબંધમાં થવું જોઈએ. તેમ છતાં જે મોટાં મનુષ્યોને બેથી વધારે વાર દીર્ઘશંકા જતું પડે છે તેમના સંબંધમાં આરોગ્યનો અભાવજ માનવામાં આવે છે; તોપણ નાનાં જે બાળકોના સંબંધમાં પણ સામટું તેવી સ્થિતિમાં તેમ ન માનવામાં આવે? મોટા મનુષ્યોને માટે દિવસમાં એક કે બે વાર

દીર્ઘશંકા યોગ્ય ગણાય અને બાળકોને માટે વિશેષ વખત શી રીતે યોગ્ય ગણી શકાય ? પણ વારંવાર બાળકોને દીર્ઘશંકા થવાનું કારણ તેમને આપવામાં આવતો અનિયમિત આહારજ છે અને તે અયોગ્ય અને અહિતકરજ છે. આગળ જણાવી ગયા તે પ્રમાણે જો બાળકને દિવસમાં માત્ર ત્રણજ વાર આહાર આપવામાં આવે તો આ સર્વ અવ્યવસ્થા શમી ગયા વિના નથીજ રહેતી.

વળી બાળકોને અનિયમિત દીર્ઘશંકા થવાનું કારણ એ પણ હોય છે કે તેમને નિયમિત રીતે આરંભથી દીર્ઘશંકા કરાવવામાં આવતી નથી. જેમ તેમને આહાર નિયમિત સમયે આપવાની જરૂર છે, તેમ તેમને દીર્ઘશંકા માટે પણ નિયમિત સમય રાખવાની જરૂર છે. ખાવા પિવામાં નિયમિત વ્યવસ્થા રાખવાથી બાળકોના જીવનમાં જે અહિતકર મોટી અસર થાય છે તેનું જ્ઞાન ધણજ ઓછાં માતાપિતાને હોય-છે.

જો ખાવાપીવા વગેરેની વ્યવસ્થા આરંભથી રાખવામાં આવે છે તો બાળકોનું આખું જીવન પછી નિયમિત થઈ રહે છે, અને તેમનું આરોગ્ય ઉત્તમ પ્રકારનું બની રહે છે. આપણામાં કહેવત છે કે “ છુંદસે” બગડી હોજસે નહિ સુધરે ” તે પ્રમાણે આરંભમાં બાળકના જીવનમાં જે અવ્યવસ્થા માતાપિતા કરે છે તે અવ્યવસ્થાનું ફળ બાળકોને સમગ્ર જીવનપર્યંત ાગવડનું પડે છે અને તેમને શબ્દોથી ન વર્ણી શકાય તેટલી હાનિ થાય છે. ગળથુથીમાંથી બાળકોને જે સંસ્કાર પડે છે તે પછી તેમના આખા જીવનપર્યંત ટકે છે. તેથી આરંભથીજ સ્વ પ્રકારની સાવધાનતા સેવ્ય છે. જેમ આહારને માટે સમય નક્કી કરીને તે વખતે બાળકને આહાર આપવાની જરૂર છે તેમ શાયતો સમય પણ નક્કી કરીને તે વખતેજ તેમને ાય જવાને માટે ખેસાડવાં ધટે છે. આ પ્રમાણે ત્રણચાર દિવસ કરતાંજ તેમની આ ક્રિયા નિયમિત થઈ રહે છેજ. ધવરાવવાનો, શાયતો અને સ્નાન કરાવવાનો આ ત્રણ વખત નિયમેત સ્થાપીને પછી તે તે ક્રિયા દરેકલા વખતેજ કરાવવી અને બાકીના સમયમાં બાળકને ાતાની મેજેજ રમતું છોડી દેવું. વખતે રમાડવાની વૃત્તિ થાય તો સહજ રમાડવું કે બહાર ફરવા લેઈ જવાનું હોય તો લઈ જવું. પણ ઘણાં માળાપ-જેમ તેને ઘણો સમય પોતાની પાસે રાખીને તેને ત્રાસ આપે છે તેમ નહિ કરવું. તેને સ્વતંત્ર રમવા દેવામાંજ તેને ઘણું સુખ જણાય છે. જરા મોઢું હોય અને તે રમકડાં વડે રમી શકતું હોય તો તેને રમકડાં આપીને પોતાની મેજેજ રમવા દેવું-જોઈએ. તેને એકલાં રાખવું આનો અર્થ એવો નથી કે તે પડી જતું હોય તો તેને ન લેવું કે ગમે ત્યાં તેને નાખી મૂકવું. તેના ઉપર દૃષ્ટિ તો રાખવાની જરૂર છેજ. પણ વારંવાર હાથમાં ગળીને કે ખોળામાં લઈને કે થોડીકામાં નાખીને તેને હીચોળતું ન પડે અને આપણને પરતંત્ર ન બનાવી મૂકે માટે તેને સ્વતંત્ર રાખવાની જરૂર છે. ઘણાં માળાપ નાનાં બાળકોને લીધે ધરનાં કામકાજ કરી શકતાં નથી તેનું કારણ તે પોતેજ છે. તેમણે બાળકોને એવી કુટેવ પાડેલી હોય છે, કે તે સ્વતંત્ર તો રમી શકતાંજ નથી. તેથી આવી કુટેવ તેમને આરંભથી ન પડી જાય તેની સંભાળ રાખવાની છે. આ પ્રમાણે ફરવાથી કંઈ ગ્રેમ ઝોલો થઈ જતા નથી, કે તેના ઉપર ગ્રેમ નથી એમ કંઈ દર્શાવતું નથી. ઉલટું તેનું તેથી હિત થાય છે અને માતાપિતાને પણ સુખ થાય છે. આજ મથાર્ય ગ્રેમ છે. વળી બાળક સ્વતંત્ર રહેવાથી તે સ્વાસ્થ્યથી પણ થતાં શીખે છે. પોતાની મેજેજ કેમ આનંદી રહેવું તે કળા તેને આવડે છે, અને બિવિષ્યમાં તેને મજા લાગ થાય છે.

પ્રાણ વિનિમયના પ્રયોગોની સિદ્ધતા.

લેખક પંડિત બોલાનાથ શર્મા. વરસોડા.

અમદાવાદમાં આવેલી સાંકડી શેરીમાં એક સંસ્કૃત પાઠશાળા છે. આજથી લગભગ દસ વર્ષ ઉપર તે પાઠશાળામાં શાસ્ત્રી રામકૃષ્ણ હર્ષદ તેના મુખ્ય ગુરુ હતા ત્યારે હ વિદ્યાર્થી સ્વરૂપે ત્યાં બહુવાર જાતો હતો. મારો મુકામ સાંકડી શેરીના 'રામપુર' તરફના નાકા પાસે હનનમતી ખડકીમાંના એક મકાનમાં હતો. મને નાનપણથી યોગશાસ્ત્ર ઉપર શોખ હતો અને અઘાપી પણ એ અભ્યાસ ચાલુ રાખેલો છે. મારી પાસે કપડવણુજનો એક નેદારાગ :કરીને છોકરો હતો. તે પણ સાથે સંસ્કૃત શાળામાં બહુતો હતો. એણે અને અન્ય વિદ્યાર્થીઓએ યોગ અને પ્રાણવિનિમયના પ્રયોગ જોવાનું મને કહ્યું. એથી એક દિવસે દસ વાગવાના સુમારે દિવસેજ એ નેદારામ નામના પંદર વર્ષના છોકરાને પ્રાણ વિનિમયના પ્રયોગ માટે વિધાયકરૂપે સામે બેસાડ્યો. એના પગના અંગુઠાઓમાં મારા પગના અંગુઠાદ્વારાએ અને હાથના અંગુઠાઓમાં મારા હાથના અંગુઠાદ્વારાએ એના શરીરમાં સ્વાત્મ વિદ્યુત દાખલ કરી જ્વેતજ્વેતામાં એ છોકરાની મૂર્તિ અવસ્થામાં સ્થિતિ આવી ગઈ અને પગિણામે તો મૂર્તિ ઇત્યાં પણ કાંઈક સ્થિતિ અગળ ગઈ. એની પરીક્ષા જોવા સાર એના હાથને અમોએ અદ્ધર રાખવા માંડ્યા તો પણ મુડદાની માફક જોમના તેમ રહેવા લાગ્યા. એક ટાંકણી લઈ તેના હાથની આંગડીમાં ખોસી જોઈ આંગડીમાં ટાંકણી પેસી છતાં તેને લગાર પણ ધળ આવી હોય એમ શરીર સંકોચ-વ્યથાસૂચક કંઈ નહતો. આથી અમને ખાતરી થઈ અને જોએતે આ સ્થિતિ જોવી હતી તેઓને જોલાગ્યા. હ વિદ્યાર્થીઓ અને અન્ય માણસો ઘણાં આવ્યા તેમનામાંથી એક જણુ દેવ સાર પુષ્પ લઈને આવતો હતો તેણે ખજર સાંભળી કે તુરત તે પણ પ્રયોગ જોવા સાર આવ્યો. તેણે તે પુષ્પ પોતાના ગળવામાં લીલા પત્રમાં લપેટી મુટી દીધાં, બ્યારે તે છોકરાને અમે પ્રત્નો પૂછવા માંડ્યા ત્યારે પુષ્પવાળાએ પુછ્યું કે મહારા ગળવામાં શું છે ? તે પૂછે. અમે પુછ્યું કે વસંતરામના ગળવામાં શું છે ? તેણે જવાબ આપ્યો કે ગુલાબનાં પુષ્પ છે. અમે એનું ગળવું તપાસ્યું તો તેમાંથી ગુલાબનાં પુષ્પ મળી આવ્યાં. આથી દેવી પ્રયોગ સાર સર્વ આશ્ચર્ય પામ્યા. એની અક્ષુઓ તદ્દન બંધ હતી તે વખતે તે બાહ્ય મેનથી તો ચતકિંચિત્ પણ જોતો નહતો તથા બાહ્ય દર્શોવડે તે સાંભળતો પણ હતો નહીં એની ઇન્દ્રિયો અંતરમાં રહેલા કોઈ સૂક્ષ્મતત્વ સાથે તિરોભાવ પામી ગઈ હતી. એ માણસ તો આ વખતે બિલકુલ કાંઈ સદૃશ હતો. દેહ બાંધનું તો તેને તદ્દન વિસ્મરણ થઈ ગયું હતું. સર્વે ખાતરી થઈ કે દેહમાં એની કોઈ પ્રજાગ શક્તિ છે કે જે મેત્ર વિના જોઈ શકે છે. એ માણસ જો કે ખીખના રાખો તો ખીલકુલ સાંભળતો નહતો પણ મારી સાથે તો તેનું સ્ખલતીય તત્વોનું ગિચણ થઈ ગયું હતું. મારાં આત્મકિરણનાં તત્વો એના દેહમાં ઉતરી ગયાં હતાં જેણે દેહોદ્ભાવ એ વખતે જુવાની દીધી હતો. પછી તેઓમાંના એક જણે અમને પૂછ્યું કે પૂછો કે આ વખતે તકારી પાસે આજુ બાજુ થઈ કેટલા માણસો ઉભા છે ? અમે અતે એ પ્રમાણે પૂછ્યું એણે જવાબ આપ્યો કે આપ અને મહારા વિના પાંચ માણસો અને સહીત સોન માણસો હાલ આ

કોટડીમાં એ જોને હું મેઘ શકું છું આટલી વાતચીત થતાં અમને લગભગ કલાક વહી ગયો. વખતે દશમાં ફેરફારી થઈ જાય માટે આરંભમાં પૂર્ણ પ્રયોગ કરવો નહીં એમ અમને એ જાણતું નાન હતું કારણ કે એકદમ વિશ્વદક્ષિમાં અથવા પ્રત્યગ દક્ષિમાં લાઇ જવા બાદ પ્રાણવિનિમય પ્રયોગમાંથી સાધકને જગાડવો વખતે મુશ્કેલ થઇ પડે છે. ઝડક પાસ વગેરે કરી એ છોકરાને મેં જાગૃત કર્યો ત્યારે આશ્ચર્યમાંથી જાગેલો માનવી જાણે આશ્ચર્ય જોતો હોય એવી ઝોની સ્થિતિ જણાઇ આવી. સર્પ રતેહીઓ હવે પામ્યા અને આપણાં યોગ તથા અન્ય અદ્ભૂત વર્ણનવાળાં શાસ્ત્રો સત્ય છે પણ એના અભ્યાસ વિના આપણુ જાણી શકતા નથી, આમ ચોક્કસ ખાતરી થઇ. સર્વ જણા ખુશી થયા વિસ્મયાન્વિત થયા હોય એવા થઇ પોતપોતાના મુકામે ગયા. પછી મેં એને પૂછ્યું કેમ જોધારામ, શું જોયું? તેણે કહ્યું કે જાણે ઘેરી નિદ્રા આવી હોય અને જાણે શાંતિના અપૂર્વ સાગરમાં રનાન કર્યું હોય આમ મજબૂત આવી ગઇ શિવાય અન્ય કાંઇ હું જાણી શક્યો નથી. આ લેખકે જાતેજ આ પ્રાણ વિનિમયનો પ્રયોગ કરી જોયો છે.

એક આનુભવીક ઉપાય

લેખક: પંડિત ભોલાનાથ શર્મા.

સંવત ૧૯૬૯ ના પાંચ માસમાં મારો મુકામ વિજયપુર તાલુકાના લોદરા ગામમાં હતો. મને વેદકશાસ્ત્રનું આનુભવીક જ્ઞાન હોવાથી દિવસે પાઠપૂજન ભગવત્સેવા થઇ રહેવા બાદ આશરે દશ વાગવા પછી મારી પાસે દરદીઓ આવતા હતા. એક દિવસ પટેલ પ્રાણદાસ ભગવાન એક દર્દી દાકરડાને લઇ આવ્યા અને મને કહ્યું કે આ મારે ત્યાં નોકર છે એને દરરોજ જમવા પછી ઉઘરી થાય છે, પેટમાં અન્ન ટકતું નથી એથી એનું શરીર જાડું જમરું થઇ ગયું છે. એની જાનથી પણ દુઃખી છે અને અમને પણ દામની અડચણ પડે છે. આપ અમારા નોકરને નીરોગી કરી આપો. અમે પટેલની પાસે પાંચ રૂપિયાઆભારના આશરે ધૂપ કરવાનો લોખાન મંગાવ્યો. એક બર્ધા પાણીનો કોરો માટીનો ઘડો મંગાવ્યો. તે ધૂપના લોખાનને વાટી નાખાવ્યો. ઇચ્છાના અગર કાટના અગારા પૃથ્વી ઉપર નાખી તેના ઉપર એક રૂપિયાઆભાર લોખાનનો ભૂકો નાખ્યો. જ્યારે ધૂપની રાહ એમાંથી ધૂપાડો નીકળવા માંડ્યો ત્યારે તે ધૂણી ધણમાં ભરી લેવા સાડ તે ઘડાને ધૂપનો અગ્નિ જે ધૂપાડો કહાડનાર હતો તેના ઉપર માટીના ઘડાને ઉપો પાડી તેમાં સારી રીતે ધૂણી ભરી કહાડી. આ પ્રયોગ છરાવડે વધાનવામાં આવતી ઇચ્છાના પ્રયોગ જેવોજ છે. પછી ધડાને ઉઠાવી સીધો કરી તેમાં જળ ભરી લીધું ધૂપાડાની અસર રહે માટે જે ત્રણ પ્યાલા ભરાય તેટલો ઘડો અધૂરો રાખ્યો બાદ ઘડાને દાંત્રી રાખવામાં આવ્યો. સવારથી સાંજ સંધીમાં જોટલા વખતે જમતાં-જમતા બાદ જ્યારે જ્યારે વૃષા વાગે ત્યારે એ જલ પીવા આજ્ઞા આપી. આમ લગભગ અઢવાડિયું પ્રયોગ કરવાથી લાંબા કાળનું ઉપરી થવાનું દર્દ બંધ થઇ ગયું. હું શ્રીહરિ.

ભવિષ્ય જાણવાની વિધાનો પ્રયોગ

લેખક—પંડિત ભોળાનાથ શર્મા વરસોડા.

દક્ષિણમાં વિષ્ણુ બાવા નામના એક સમર્થ બ્રહ્મચારીજ થઇ ગયા છે. હવેમાં સંવત ૧૯૨૫ લગભગ તેઓથી હવાત હતા. પ્રાયઃ મુંબઈ બંદરમાં રહેતા હતા. તેઓ યોગી-તપસ્વી અને પૂર્ણ અધ્યાત્મજ્ઞાની હતા. સાંભળવા પ્રમાણે એઓને ઘણા ચમત્કારો પ્રાપ્ત થયેલા હતા, અને ઇશ્વરી મન્નહ સારી રીતે તેઓ મ્હાણી શક્યા હતા. તેમણે ગીતા ઉપર ટીકા અને વેદોક્ત ધર્મ પ્રકાશ નામના બે જ્ઞાણીતા ગ્રન્થો લખ્યા છે. એમનામાં પ્રખરના ઉત્તર આપવાની અદ્ભુત શક્તિ હતી. આમારા ઘરમાં વેદોક્ત ધર્મ પ્રકાશ નામનો ગ્રન્થ હતો અને મને નાનપણથીજ યોગ અને વેદાન્ત ઉપર ઘણી પ્રીતિ હોવાથી ગુજરાતી ભાષાની વિદ્યાર્થી અવસ્થામાં વરસોડામાં એ પુસ્તક હું બહુજ વાંચતો હતો. મા અને દિકરીનો સંવાદ એ નામનું એ પુસ્તકમાં એક પ્રકરણ છે. એમાં દિકરીએ માતાને પ્રશ્ન કર્યો છે કે હે માતા! આપણી આર્થ સ્ત્રીઓ કપાળમાં કંકરું ગોળ તીક્ષ્ણ કરે છે તે મુખની શોભા છે અથવા અન્ય કાંઈ દેવી સકેત છે? ત્યારે માતા ઉત્તર આપે છે કે હે દિકરી! માત્ર બાહ્ય મુખનીજ શોભામાં આર્થ લોકોની ખરી સ્ત્રીઓ પોતાનું ગૌરવ માનતી નથી. પણ એવા સુંદર રિવાજોમાં ઇશ્વરી અનુભવ મેળવવાના ઘણા સકેતા હોય છે. એ વ્હાલી પુત્રી! સદાચાર એ આપણો આર્થ સ્ત્રીઓનો પ્રથમ ધર્મ છે. ઇશ્વરોપાસન એ આપણા શ્રેયસને માટે ઉત્તમ ઉપાય છે. સત્તારમાં સ્વસ્તિ કાસને અથવા પદાસને બેસવું; આપણને જે આસને નિર્વિદ્યતાથી બેસી શકાય તે આસને બેસી મનને સ્થિર રાખવું. પછી આપણા મુખની સન્મુખ કુંકમની એક ગોળમુન્દ્રિકા તીક્ષ્ણ કરવું. ધ્યાન કરવું. ચક્ષુઓ બન્ધ રાખવી. જાણ વૃત્તિઓને સંકોચી રાખવી મનને ધ્યુ એકાગ્ર કરવું. ધ્યાતાનું સ્મરણ રહે નહિ ધ્યેય તિલકનું જ્ઞાન રહે. આવી રીતે લાગઠ બે તથા ગાસ સૂધી ધ્યાન કરવામાં આવે તો સ્વપ્ન દ્વારા એ માનવને ભવિષ્યકાળમાં થનારા બનાવો પોતાના કપાળમાં કરવાની છે. પણ માત્ર મુખની શોભા સાર તો નહીજ. આગ પૂર્વકાળની આર્થ સ્ત્રીઓ સદાચારી રહીને પોતાની ગતવૃત્તિઓને કળજે રાખતી. આવા યોગના અભ્યાસ વડે આત્માને પવિત્ર કરતી હતી.

આ માદીકરીનો સંવાદ વાંચવાથી તે પ્રયોગ સાધ્ય કરવાની મને ઇચ્છા થઇ. દરરોજ સ્વાધ્યાયયજ્ઞમાંથી પરવારી પ્રાયઃ પાકલાક અગ્રાસ કરતો હતો. એમ કરતાં કરતાં પંદરેક દિવસ થયા. આત્મામાં કાંઈક અપૂર્વ શક્તિનો પ્રસાર થવા લાગ્યો. અંતઃકરણ શાંત રહેવા લાગ્યું અને દૃષ્ટિમાં કાંઈક પૂર્વ કરતાં વિનિમય ભાસવા લાગ્યો. હું તો દરરોજ કાંઈ ગોળ તિલકનું ધ્યાન કરતો નહિ પરંતુ મ્હારા કપાળમાં રામાનુજ સંપ્રદાય પ્રમાણે કંકુની હબી થી દરવાનો અભ્યાસ હોવાથી મ્હારાજ કપાળને અંતઃકરણ સન્મુખ ધારી તે શ્રીનું ધ્યાન કરતો હતો. પ્રથમ તો ધ્યેય વસ્તુ ખસી જતી હતી પણ પછી ધ્યાનમાં સ્થિર રહેવા લાગી.

એક અમારા આપ્ત જુવાન જનનું લગ્ન થવા સાર મહેસાણા પાસેના એક ગામડામાં વિવાહ થયો હતો. અને એથી સ્નેહી વર્ગમાં ખુશાલી ફેલાઇ હતી. કન્યાઓની અજાણને લઇ

આ વિવાહ પ્રયત્ને અને વિવલે થયેલો હોવાથી મોઢો ગણાતો હતો. એ છૂટી જાય તો ખીન્ને વિવાહ થતાં તેનાં સ્નેહી અને સંનિષેદ જનનીને હૃદયમાં આઘાત થાય એમ હતું. પણ દૈવગતિ બલવતી હોય છે.

એક દિવસ હું વગમેડામાં ડાકોરજી મહારાજની કોટડીમાં ઓશરીમાં સૂતો હતો, સૂઈ હય થવાની અડધા કલાકની વાર હતી. અર્ધ જાગરણ દશા હતી ચક્ષુઓ બંધ હતી. નહીં નિદ્રા-નહીં જાગત દશા આવી સ્થિતિમાં હું હતો. એટલામાં એક પચાસ વર્ષની બાઈ આવીને મહારી પથારીથી દૂર પદરેક કદમ રહી બોલી કે જે છોકરાનો વિવાહ થયો છે. અને આજ કાલમાં એના લગ્ન સંબંધે ધાંધલ થવાની છે. સર્વના હૃદયમાં અને વેવાઈઓની પરસ્પર ખેલસૂણાલ નક્કી થઈ છે પણ એતું ચોક્કસ લગ્ન થવાનું નથી-નહીં જાણ. આ સાંભળી હું જાગ્યો પણ બાઈ કે કોઈ હતું નહીં માત્ર આકાશવાણી હતી એમ મેં ચોક્કસ જાણ્યું. એજ દિવસે સાંજના અમુક કારણથી એ વાકદાનવાળો વિવાહ છૂટી ગયો. મહેને માલુમ પડ્યું કે કુંકુમની થી ધ્યાનનો આ પ્રથમ અમતકાર છે, હું વિદ્યાર્થી હતો. વિદ્યાના જોગ્યતામાં એ ક્રિયા પછી બની નથી પણ એવાજ દાખલા એજ સમયમાં મેં ચાર બની આજ્ઞા હતા. ઇતિ શિવમ.

શ્રી કાલજ્ઞાનમ્.

ચાલુ અંકના પૃષ્ઠ ૧૭૪ નું અનુસંધાન.

જ્વરસ્ય પ્રથમ સ્થાને, વૈદ્યજ્ઞેન દિનત્રયમ્ ।

નદેયંકથિતં તોયં, મેપજં નચ રોગિણઃ ॥ ૪૬ ॥

અર્થ:-જ્વરના પ્રથમ સ્થાનમાં અર્થાત પ્રારંભમાં વૈદ્ય જાણનાર વૈદ્ય ત્રણ દિવસ પર્વત દવારૂપ કરેલું પાણી અથવા ઔષધ આપવું નહીં. ॥ ૪૬ ॥

અર્જીર્ણજા હારજ સ્વેદ પિત્તજા, મરુદ્ધવા દ્વિષ્ટિજ કાલરક્તજા ।

કફવ્યથૈકાન્તજ મોહકામજા, જ્વરાવ્યથા ચૈવ ભવન્તિ નાન્યથા ॥ ૪૭ ॥

અર્થ:-અશુભી, ઉત્પન્ન થયેલી, આહારથી ઉત્પન્ન થયેલી, ખેટી ઉત્પન્ન થયેલી, રિત્તથી ઉત્પન્ન થયેલી, વાયુથી, નગરથી, અમુક સમયથી, લોહી નિકારથી, કદથી, મોહથી કામથી ઉત્પન્ન થયેલી જ્વરરૂપ દશા-હોય છે અન્યથા થાતી નથી. ॥ ૪૭ ॥

વિવેચન:-તાવ ઉત્પન્ન થનાનાં કારણો આ સ્ત્રોતમાં દર્શાવ્યાં છે. અશુભી થવાથી નહિ પચેલું અને દહોપરાણુ થઈ જ્વર ઉત્પન્ન કરે છે અથવા જ્વરને વધારનારા પદાર્થો જંગમમાં આવવાથી જ્વર આવે છે અથવા કોઈ મહારોગથી તખ્તત ખગડી જાય છે. નાદાન, ગાણસની દષ્ટિથી, લોહીવિકારથી, કદના ખીગાઈથી કે મોહ-અગર કામવડે જ્વર આવે છે. દાપથી અમુક જ્વર ઉત્પન્ન થાય છે.

કફજ્વરઃ કાલજ્વરચરક્તજો, કુર્વતિ મૃત્યું નિયતં નરાણાં ।

યદી હરાધાત્કુરુતે ચિકિત્સાં, ધન્વન્નરી રાગ વિરાગવન્ચયઃ ॥ ૪૮ ॥

અર્થ:-

ધન્વન્તરિ.

SHRI DHANVANTARI.

ધન્વન્તરિ ધૃતકરામૃતપૂર્ણકુમ્ભં પીતામ્બરં સકલસિદ્ધસુરેન્દ્રવંધમ્ ॥

ચન્દ્રેરવિદનયન મણિમાલ્યમાયુર્વેદઃપ્રવર્તેક્ષમનુસ્મૃતિરોગનાશમ્ ॥

દાધમા અમૃતયી ભરેલો કુભ ધારણ કરી રહેલા, પીળા વસ્ત્ર પરિધાન કરનારા, સર્વ સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વેદન કરવા લાયક, કમળ સરખા નેત્રવાળા, મણિમાળા પહેરી રહેલા, આયુર્વેદ એટલે વૈદકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક, અને વળી લેખના નામનું સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ માત્રમાત્ર પામે છે, એવા શ્રી ધન્વન્તરિ ભગવાનને નમન કરું છું

"Mens sana in corpore sano" "પહેલું" મુખ તે જાતે નર્યા. "

પુસ્તક ૧૦ અં.]

જુન ૧૯૧૭.

[અંક ૬ ફો.

પ્રાપ્ત સ્થિતિમાં સંતોષ.

મહેને જન્મ જ્યાં જ્યાં આપશે,	ત્યાં ત્યાં જવું મહારે હરિ;	
મહેને જે સ્થિતિમાં સ્થાપશે,	તે તે સ્થિતિ છે સુખકરી. ॥	
આ વિશ્વ સૌ છે આપનું,	પ્રત્યેકમાં આવી વસ્યા;	
એ મંત્ર નહિ ભૂલું પ્રભો,	વિચાર કરીશ ન કંઈક સ્થા.	મહેને. ૧
ઉપલોગી થઈશ ન નાથજી,	ઉપયોગી થઈશ હું બહાલમાં;	
પ્રત્યેકમાં વિલસી રહ્યા,	ન્યાળી વહીશ ખમા ખમા.	મહેને. ૨
પત્યર કદા કરશે પ્રભુ તો,	મેલું ઘોઈશ અન્યના;	
મીતાર કરશે તો પ્રભુ,	ગાઈશ આપની ધન્યતા.	મહેને. ૩
કરશે મહેને જે સમુદ્ર તો,	હરો બદ હવા દઈ મદ્દહવા;	
સેવા કરીશ એમ આપની,	લાવી તરંગ નવા નવા.	મહેને. ૪
નોકા કદી કરશે સુને તો,	વહીશ જન ને ભારને;	
સગવડ કરી એમ સર્વની,	રીઝવીશ તવ કીરતારને.	મહેને. ૫
આંઝર કદિ કરશે પ્રભુ તો,	ચરણમાં વળગી રહી;	
જન્મ જન્મ ભણિશ હું આપનો,	પદ ચાલતાં પૃથ્વી મહી.	મહેને. ૬
કાળજી કદિ કરશે પ્રભુ તો,	આંખમાં વરી છે વિલો;	
સેવા કરીશ હું આપની,	પલકાર સાથે હંસી પ્રભો.	મહેને. ૭
કરશે કદી મહેને પુષ્પ તો,	હૈયા વિષે થઈ હાર હું;	
એમ શોભવિશ પ્રભુ આપનો,	કેવળી મોડ મણિ મણિમાં	મહેને. ૮

THE REST-CURE.

(BY DR. ROBERT WALTER, M. D.)

Rest-Cure is not simply the proper cure for disease in its varied forms, but for all the ills that afflict humanity. Only power in abundant measure can produce vigorous health or enable one to do successful work; incompetence, disease, and especially chronic disease, are due to depleted vital resources which depletion is very apt to be increased rather than diminished by the methods in vogue of sustaining one's powers. "He that would save his life shall lose it." It is always a dire misfortune for any one to feel his want of power, and to commence to supplement or sustain it under present-day methods. The overworked, "run-down," well-nigh exhausted portion of the community is a large one, each individual being analogous to a locomotive, whose steam-pressure is greatly reduced. It is not steam that drives the steam-engine, but the intensity of the force in the steam. Exhausted vitality, like exhaust-steam, can do little work. And yet too many are trying to carry forward life's work upon partially exhausted vital resources, always trying to make up for deficiency of power by the use of stimulants and other forcing processes.

The folly of all this is well illustrated by the folly of the engineer who would do his work with steam at fifty pounds pressure when he should have hundred pounds. An engine with fifty pounds pressure can do some work, at sixty pounds it may do the work of forty horses, while at one hundred pounds it is a sixty-horse power engine. Just so the ability which any one possesses for work is determined chiefly by the intensity of his powers. Half-dead men are altogether too common, waiting unconsciously for some disease-germ to gather them in. For the principles we are advocating show that contagious and epidemic diseases result from the depleted powers of the patient more than from any other consideration. It is a remarkable fact that epidemics rarely increase the total death-rate of a community, if we extend our statistics over a sufficient length of time. A contagious disease is only a *form* of taking off. Highly vitalized men don't die, even

if they should contract the disease, which they rarely do; it is the infeebled, depleted, poisoned ones that succumb to infection. If they had not died of La Grippe, smallpox, or other such ailment, they would surely have fallen a victim of pneumonia, typhoid, or the like.

The question before us, therefore, is not simply how to regain or maintain health, and not alone how to preserve life, but how to live well, feel well, enjoy life, do efficient work, and be entirely free from the habits and indulgences which so frequently enslave men. To this end we recall that it is nature that cures, as she does everything else in the natural world; in this matter of cure we are called upon to deal with an important department of natural existence known as the vital. This department, like each of the others, is presided over by its own inherent force, controlled in its operations by its own great law, which force under control of its law performs all the functions of its department and produces all its phenomena. *Vitality, called also vital force, produces, repairs, heals; the rapidity and certainty of its work correspond chiefly to the amount of the power; all processes should be employed to recuperate the patient's powers, and nothing done to deplete them.* Though temporary relief may be secured by depletion, as by purging and blood-letting, because the power of disease is the patient's vital power, so that reducing the one always reduces the other, all physicians of all schools now agree that such practice is destructive to the patient's best interests. No one now believes it to be wise practice to cure diseases by destroying health, no matter how persistently, he may ignorantly continue the method.

§ 108. The opposite theory of cure is the one now everywhere advocated. Sustain the patient's strength is the cry everywhere heard. Support the vitality and the patient will surely rally. *The theory we hold to be true beyond all peradventure; it is the application of the theory that is erroneous.* If the real is the opposite of the apparent; if we are deluded by appearances, which are generally the opposites of the realities, if substances administered to give strength to the patient appear to do so only by taking away his strength, who cannot see how utterly destructive

and fallacious a practice based upon observation must be (§140). If disease, instead of being an enemy, is really nature's effort at cure, who fails to perceive ample justification for the alarming increase of nervous diseases in our time, as the result of the use of the tonics and nervines so generally employed. Something does not come out of the nothing. No effect exists except from an adequate cause; the facts of to-day prove either a failure of the theory that nature cures, or a failure of its methods of application. The latter error is the true one. Because of a theory of the vital force and its source, which is equally opposed to the facts, men proceed to produce the diseases they imagine they are curing, and to exhaust the power they are trying to sustain. The consequence is the more one is cured the more he needs to be cured; and the more he is sustained the greater is need to be sustained; or to put it in concrete form, the more whiskey or other stimulant or tonic we administer to the patient, the more he needs it; the more we sustain him by the methods of the schools the weaker and worse he gets. We turn our attention to the accumulation of vital power as the true means by which obstructions shall be overcome, disease rendered unnecessary, and good health restored. The methods of recuperation that we shall advocate are all based upon the theory that life is an inheritance and not a product. If life could be manufactured there would at least be some excuse for exciting into action the organs which are supposed to manufacture it, but having absolutely disproved the transformation theories, and shown that life comes only from life we are shut up to the alternative of securing recuperation of power through cessation of its use. We cannot recuperate by increasing its use. Recuperation must come through rest and sleep, and the necessity for these in every living thing is the best proof that it cannot be obtained in any other way. If we could manufacture vitality for horse or man, what need to sleep and rest half the time; if hay and oats could take the place of sleep the horseless age would still be far away (§ 18).

§ 109. The word recuperate, which means to recover is a term chiefly employed in connection with living things, or at least with such things as spontaneously recover their powers. We may

recuperate our health or our strength; an orchard or a farm may recuperate, and of late years the term has been applied to electricity, as in the recuperation of a battery. But no matter in what connection it is employed the leading idea is rest. Under the Mosaic law the necessity for rest in order to recuperate was everywhere recognized. Even the land had its sabbath. Man and horse and ox are expected to recuperate every night, in addition to the rest of every seventh day. The battery also recuperates when we cease its use, but no matter in what department we use the term; the leading, if not sole idea, is recovery through rest. We do not recuperate a steam engine, a wagon or a plow; we repair these; we recuperate only those things which have within them the power of recovery when we cease to use and expend the power. The battery recovers its power by cessation of work, the orchard and farm recuperate so as to produce a harvest after a season of rest, man and horse are always reproducing, and therefore, recovering their powers. It is properly said also that the spendthrift recuperates his fortune when he ceases to spend it. But this is a true use of the term only when his fortune is an inheritance. If he is a self-made man his fortune being the product of his own labour, we would not think of him recuperating his fortune by rest; we would speak of him as making his fortune by greater activity and vigor. Just so with the vital organism; we may recuperate its powers because they are an inheritance which we receive as an income that may be squandered by ceaseless activity, riotous living, or accumulated to great abundance by rest and waiting. But if it be true that man manufactures his vital powers, then recuperation is an entirely improper word to use in connection with this increase. If tonics and stimulants and food and drink and air make for us vitality, then accumulation of power must come through increased work, as during the day, while sleep and rest would prove to be not only useless, but destructive. If power could be manufactured out of food or drink or medicine what excuse would there be for holidays and sabbath days as well as for nightly rest? Where is the necessity for rotation of crops on the farm if fertilizer will answer all purposes? Why not heavy fruit crops every year if feeding the soil can

take the place of rest? Once let it be shown that the vital power can be manufactured, and rest is proved an unnecessary indulgence. If increased work can produce vitality for any one, sleep becomes a reckless waste; if we can give strength to an invalid by means of a drug, we ought to be consistent and repudiate sleep as a contribution to senseless fashion.

But men are seldom consistent. They seek to give strength from without at the very time they admit the importance for the invalid of rest and sleep. Recuperation means the hoarding of power through its non-use; a statement which, if true, shows the absurdity of the attempt to give power by its increased use through increased activity. Both these plans cannot be true. We recuperate through rest or we manufacture power through active work; but we never have done and never can do both at the same time. There is a dilemma here, and we may take either horn we please; no one can ride two horses at the same time when these are going in opposite directions.

The primal thought of the system we advocate, therefore, is rest—rest of body and of mind, of muscle and of nerve, of heart and lungs, liver and kidneys, stomach and bowels. This system might thus be called Scientific Rest-cure. It is Rest-cure because it inculcates and promotes rest as the *sine qua non* to recovered health, and it is scientific because it is a logical development, not from supposed facts, but from established first principles, to the elaboration of which development future chapters are devoted.

—From "*The Exact Science of Health*" Vol. I, pp. 192 to 198.

LONGEVITY.

(FROM " SUCCESS SECRETS, " BY O. S. MARDEN.)

Would you Carry Youth into Age ?

Hold your thoughts persistantly.

Avoid fear in all its varied forms of expression.

Simply refuse to grow old by counting your years or anticipating old age.

Don't allow yourself to think on your birth day, that you are a year older.

Refrain from all kinds of stimulants and sedatives, they will shorten your life

Keep in the sunlight nothing beautiful or sweet grows or ripens in the darkness

Nature is the great rejuvenator, her spirit is ever young Live with her, study her, love her

Avoid excesses of all kinds, they are injurious The long life must be a temperate regular life

Keep mental cobwebs dust and brain ashes brushed off by frequent trips to the country, or by travel

Never look on the dark side take sunny views of every thing, a sunny thought drives away the shadows

Cultivate the spirit of contentment all discontent and dissatisfaction bring age-furrows prematurely to the face.

Think beautiful thoughts—harmony thoughts, truth thoughts thoughts of innocence of youth of love, and of kindness

Keep your mind young by fresh vigorous thinking and your heart sound by cultivating a cheerful optimistic disposition

Don't live to eat but eat to live Many of our ills are due to overeating to eating the wrong things, and to irregular eating

Don't be too ambitious, the canker of an overvaulting ambition has eaten up the happiness of many a life and shortened its years

Throw aside your dignity, and pomp and play with children make them love you by loving them and you will add years to your life

Take regular exercise in the open air every day in all weathers walk ride row, swim or play, but whatever you do keep out of doors as much as possible

Put some beauty into your life every day by seeing beautiful works of art, beautiful bits of scenery, or by reading some noble poem or selection in prose.

Keep busy : idleness is a great friend of age, but an enemy of youth. Regular employment and mental occupation are marvelous preservers.

Pure air both indoors and outdoors is absolutely essential to health and longevity. Never allow yourself to remain in a poisoned or vitiated atmosphere.

Never compare yourself with others of the same age, or think that you must appear as old as they because you have marked the same number of years.

Don't let anything interfere with your regular hours of work and rest, but get plenty of sleep, especially what is called "beauty sleep" before midnight.

Cultivate placidity, serenity, and poise—mental and physical. Do not allow anything to throw you off your balance. A centered life is usually a long life.

Refuse to allow the mind to stiffen the muscles by the suggestion of age limitation. Age is a mental state, brought about by mental conviction. You are only as old as you feel.

Love is the great healer of all life's ills, the great strengthener and beautifier. If you would drink at the fountain of perpetual youth fill your life with it.

Avoid anger, discord, hurry, or anything else that exhausts vitality or overstimulates, whatever frets, worries, or robs you of peace or sleep will make you prematurely old.

Why the Hindus are Vegetarians.

As regards the diet of the Hindus, Mr. Buckle tells us "In India the great heat of the climate brings into play that law (of nature) already pointed out, by virtue of which the ordinary food is of an oxygenous rather than of a carbonaceous character. This,

according to another law, obliges the people to derive the usual diet not from the animal but from the vegetable world of which starch is the most important constituent. At the same time, the high temperature, incapacitating men for arduous labour, makes necessary a food of which the returns will be abundant, and which will contain much nutriment in comparatively small space. Here, then, we have some characteristics which, if the preceding views are correct, ought to be found in the ordinary food of the Indian nations. So they all are. From the earliest period the most general food in India has been *rice*, which is the most nutritive of all cerealia, which contains an enormous proportion of starch, and which yields to the labourer an average return of at least sixty fold "

—History of Civilization in England Vol I., p. 64

Neibuhr says: " Perhaps the Indian law-givers thought it was, for the sake of health, absolutely necessary to prohibit the eating of meat, because the multitude follows more easily the prejudice of religion than the advice of a physician. It is also very likely that the law of the Oriental insists so strongly on the purification of the body for hygienic reasons. "

શ્રી કાલજ્ઞાનમ્.

(અનુવાદક: લોખાનાથ શર્મા.)

ગત અઠેના ૫૪ ૨૦૦ નું અનુસંધાન.

અર્થ:—અસાધ્યપણાને પ્રાપ્ત થયેલો કફજ્વર અને કાલજ્વર એ બન્ને રક્ત વિકારથી ઉત્પન્ને થયેલા હોય છે. તેઓ માથુસડું અવસ્થા મૂલ્ય કરે છે. કદાચ સાક્ષાત્ ધન્વન્તરિય જાતે આવીને એનું આપણ કરે તો પણ તે પોતાના વૈદ્યપણાના રાગથી—વિરતિ પામીને—નિર્બલ થઈ જાય અર્થાત્ એવા જ્વરમાં ધન્વન્તરિય પણ માન રહે નહિ.

કયા માસમાં કયા જ્વરનું પ્રાધાન્ય હોય છે ?

માર્ગે પૌષે તથા માઘે આષાઢે શ્રાવણે પિષ

માદ્રપદે ચિકિત્સકૈર્વર્તો રાજા પ્રકીર્તિતઃ ॥ ૪૯ ॥

અર્થ:—માર્ગશિર્ષમાં, પૌષ માસમાં, માઘ માસમાં, આષાઢમાં, શ્રાવણ માસમાં તથા માદ્રપદ માસમાં વૈદ્ય લોકોએ વાધુને રાજા સમજવો અર્થાત્ ઉપર કહેલા મહિનાઓમાં વા-

પુત્રુ' વિશેષ બળ હોય છે. ધણું કરીને એ માસોમાં ઉત્પન્ન થયેલા જ્વરો વાયુના પ્રકોપ-
નાજ હોય છે.

અશ્વિને કાર્તિકે માસે જ્યેષ્ઠ વૈશાખયો ધ્રુવમ્ ।

વૈદ્યશાસ્ત્ર વિચારણૈઃ પિત્તો રાજા પ્રકીર્તિતઃ ॥ ૫૦ ॥

અર્થ:—આસો માસમાં, કાર્તિક માસમાં, જ્યેષ્ઠ અને વૈશાખ માસોમાં, વૈદ્યશાસ્ત્રને જા-
ણનાર લોકોએ પિત્તુ' પ્રાધાન્યપણું કહ્યું છે; અર્થાત એ મહિનામાં આવનાર જ્વરો પિત્ત-
વિકારથી ઉત્પન્ન થયેલા હોય છે. ॥ ૫૦ ॥

ફાલ્ગુને ચૈત્ર માસે ચ જન્તુ પીડા કરો સદા ।

સમુત્પન્નો શરીરેઽસ્મિન્ શ્લેષ્મા રાજા પ્રકીર્તિતઃ ॥ ૫૧ ॥

અર્થ:—ફાલ્ગુન માસમાં અને જ્યેષ્ઠ માસમાં—સદા પ્રાણીને પીડા ઉત્પન્ન કરનાર
અને આ દેહમાં ઉત્પન્ન થનાર શ્લેષ્મને વૈદ્ય લોકોએ રાજા કહેલો છે. અર્થાત એ એ મા-
સમાં ઉત્પન્ન થયેલો જ્વર શ્લેષ્મથી અર્થાત કફથી પ્રાય. ઉત્પન્ન થાય છે. ॥ ૫૧ ॥

પિત્તો દયે પિત્ત કરં ચ મક્ષં-વાતો દયે વાત કરં ચ મક્ષમ્ ।

શ્લેષ્મો દયે શ્લેષ્મ કરં ચ મક્ષં-પુંસિ પ્રયુક્તં પ્રકરોતિ રોગાન્ ॥ ૫૨ ॥

અર્થ:—જે જે માસોમાં પિત્તો ઉદય હોય ત્યારે પિત્તને ઉત્પન્ન કરનાર પદાર્થો
આવામાં આવે, જે જે માસમાં વાયુનો ઉપદ્રવ કહ્યો છે એ માસમાં વાયુના દર્દને વધારનાર
પદાર્થો આવામાં આવે, અને કેર પિત્તનો ઉદય કરનાર મહિનાઓમાં કફ પિત્તને ઉત્પન્ન કરનાર
પદાર્થો આવામાં આવે તો પુરુષને નાના પ્રમાણના રોગો ઉત્પન્ન થાય છે. માટે જે માસમાં જે જે
દર્દ ઉત્પન્ન થાય તે પદાર્થો નિયમિત પ્રમાણમાં ખાવા-અધિક ખાવાથી દર્દ જરૂર ઉત્પન્ન થાય છે.

પિત્તે ચ વદમાને ચ યદ્યુત્ત પથ્ય સંયુત ઽ

આહારો પુષ્ટિ શૃક્લાતિ યદિ નિદ્રાં નકારયેત ॥ ૫૩ ॥

અર્થ:—જ્યારે પિત્ત પ્રકોપ શરીરમાં ઉત્પન્ન થાય ત્યારે પથ્ય પદાર્થ સંયુત આહાર
કરવો જોઈ શરીરને પુષ્ટિ મળે છે. પણ પિત્ત પ્રકૃતિવાળા, તેમાં પણ પિત્ત વિકારવાળા
શરીરવાળા, પુરુષે લગભગ આઠ કલાક કરતાં વધારે નિદ્રા લેવી નહિ તેમજ દિવસે તો
મિલકેલ નિદ્રા લેવી નહિ.

વૈદ્યોશ્લેષ્મણિ પથ્યહીનં યોદદાતિ નરાધમઃ

સો પિ શત્રુઃ ચિકિત્સઃ પ્રાણ સન્દેહ કારકઃ ॥ ૫૪ ॥

અર્થ:—જે વૈદ્ય કફ રોગની ઉત્પત્તિમાં પથ્યહીન પદાર્થોની જામવા માટે રજા આપે
છે અથવા કફ રોગની જ્વરભરી દશામાં કફને વધારનાર આપધ આપે છે તે વૈદ્યને વૈદ્ય
નહિ પણ પ્રાણુનાશ કરનાર શત્રુ સમજવો. ॥ ૫૪ ॥

વિવેચનઃ—

જેમ વેદાન્ત શાસ્ત્રમાં કહ્યું છે કે વિદ્યાઽવિદ્યાનિહત્યેવ તેજસ્તિમિર સંધવત્
વિપક્ષ ભાવવાળી વિદ્યાજ અવિદ્યાને હરે છે. એમ જ્યારે પિત્તોદય થાય ત્યારે પિત્તને
શમાવનારા ઉપચાર કરવા; તથા વાત ઉત્પન્ન થાય ત્યારે વાતને શમાવનાર ઉપચાર કરવા; તેમજ

કરૂની ઉત્પન્ન દશામા કરૂને ગમાવનાર દવા કરૂની. કારણકે જે કારણથી જે દર્દ ઉત્પન્ન થયું તેનું શમાવનાર વિરોધી ભાવનાળું આપણે કરૂં: જેમકે પ્રમેહ-બહુલા કરૂ મિત્રાડથી થાય છે ત્યાં પૌષ્ટિક ખોગક આપણે નહિ, તથા અણુભૂત ધૂત જેવા માદક પદાર્થ જમવા આપવા નહિ.

મન્દાકાન્તા.

કુક્ષોધ્માનં શિરસિ ગુરુતા નેત્રયોઃ શીત ભાવઃ

પાદેશો ફો ન ચરતિ ભ્રશં મૂઢતા ચેન્દ્રિયાણામ્

રોમે હર્ષો ભવતિ સુતરાં વાજિનો યસ્ય રૂપમ્

પ્રત્યક્ષેયં ન કુરુ નિતરાં રોગિણં ચૌપથં હિ ॥ ૫૫ ॥

અર્થ—જેના પેટ અને કુખોમા આક્રમે આવી રહે, માથામા બાર રહે, નેત્રોમા શીતળતા ઢળી જાય, પગનાં ધુટણ ઉપર સોજ આવે તે શોફ ઉતરતો રહેડતો હોય નહિ પણ સ્થિર થઈ જાય, ઇન્દ્રિયોમા મૂઢતા આવે, રૂવાટાં ઉભાં થઈ જાય અને દર્દ દોડતા ધોણની માફક રહેડતું જતું હોય તો પ્રત્યક્ષ આ દશામા રોગીને ડાહ્યા વેચે આપણે કરૂં નહિ. કારણ કે આટલાં લક્ષણ મળવા પછી દર્દીની અમાધ્ય દશા થઈ રહે છે. ૧૫૪

સજ્વરો વિજ્વરો વાપિ પિત્તલં પરિહુંજયેત્

યે ગુણાલંબને પ્રોક્તા તે ગુણા લઘુ ભોજને ॥ ૫૬ ॥

અર્થ—અંગે જનરનાલી દશા હોય અગર જનર વગરની અન્ય રોગી દશા હોય તો પણ પિત્ત લાભક પદાર્થો જમવાની ટેવ રાખવી. જે જે શુભો લંબન કરવાથી અર્થાત્ ઉપવાસ કરવાથી શાસ્ત્રકારોએ વર્ણવ્યા છે, લગભગ તે સર્વ શુભો લઘુ ભોજનમાં સમાયા છે.

વિવેચન—ઉપવાસ કરનાથી સત્રંગી દર્દ શાન્ત થાય છે. આ પ્રકરણ માટે ધનંતરીના મંત્રીજના લેખો ખાસ વાચના કેટલા કેટલા કારણથી રોગીની ઉત્પત્તિ થાય છે.

અત્પમ્પુપાનાદ્વિપમાશનાચ્ચ: દિવાશયાજ્ઞાગરણાચ્ચ રાત્રૌ

સંધારણાત્ મુત્ર પુરીપયોશ્ચ: પદ્મિઃ પ્રકારૈઃ પ્રભવન્તિ રોગાઃ ॥ ૫૭ ॥

અર્થ—પોતાની પ્રકૃતિથી માફક કરતા અધિક જળપાન કરવાથી એમજ સમય એ-સમય જમવાથી, દિવસે ઉંડાં ઉંડાં કરવાથી, રાત્રિમા જાગરણ કરવાથી, મૂત્ર અને ઝાડાને રોકવાથી, આમ છ પ્રકારે માનરતા શરીરમા અનેક દર્દો ઉત્પન્ન થાય છે ॥ ૫૭ ॥

વિવેચન—જેમ ગળા કરતા અધિક અગ્નિ ઇન્દ્રિયમા લાખલ કરવામા આવે તો ચોડા વખતમાં તે ઇન્દ્રિય બહુ થઈ જાય છે એમ અંતરસ્થિત અગ્નિદેવ માગે એના કરતાં અધિક જળ અને અન્ન કાયામાં બરનાથી તેમાનો કેટલોક ભાગ તો અગ્નિદેવ પચાવે છે બાકીનો ભાગ અપકર મળ રૂપે શરીરમા રહી તેનું કડોવરાણ થવાથી દર્દ ઉત્પન્ન થાય છે. પરમાત્માએ માનવ જીવની વિશ્રાંતિ સારૂ રાત્રિ નિર્માણ કરેલી છે તેમાં નિદ્રા લેવામાં આવે નહિ, અને દિવસે પ્રવૃત્તિના સમયે નિદ્રા લેવામાં આવે તેમજ વિજાતીય રૂપે પરિચુમેવાં મળ અને મુત્રના રોધણ કરનાથી તે શરીરમા રહેશે નાશન સડો દર્દો ઉત્પન્ન કરે છે. આમ છ પ્રકારથી અગર છાંના જેટલા ભેગા થાય તેમાંથી અગર તે દરેકના એકમાંથી પણ દર્દો ઉત્પત્તિ થાય છે

પિવેત્ ઘટ સહસ્રં ચ યાવન્નાસ્ત મિતો રવિઃ

અસ્તંગતે પુનઃ સૂર્યે વિન્દુ રંકો ઘટાયતે ॥ ૫૮ ॥

અર્થ—દિવસે ભણે હજાર ઘટ પાણી પીએ. બ્યાસધી સૂર્ય અસ્ત પામે નહીં ત્યાં સધી જળપાન કરે. પણ રાત્રિ થવા પછી એક બિન્દુ ઘટ સમાન થઇ જાય છે. માટે સૂર્ય ભગવાન અસ્ત થવા પછી જળપાન બંને ત્યાં સધી કરવું નહીં.

વિવેચન—સૂર્યનારાયણનાં કિરણો જળનું શોષણ કરે છે. જુઓ શરદઋતુમાં સૂર્યનાં કિરણ પૃથ્વી ઉપરના જળને સૂકવી કાઢવ કિચ્ચક મટાડી પૃથ્વીને શુષ્ક બનાવે છે. તેમ ગ્રીષ્મ ઋતુમાં પૃથ્વી ઉપરના જળનું શોષણ પણ સૂર્યનારાયણ કરે છે, આ કારણે સમ્ર દિવસે પાન કરવામાં આવેલા જળને શરીરમાંથી સૂર્ય કિરણોદ્ધાર તાણી લે છે તથા હલનચલન આદિક ક્રિયાઓ શરીરમાં પરસ્પર સ્નાયુઓનું સંઘટન કરી વિદ્યુત ઉત્પન્ન કરે છે. શરીરની અંદર ઉત્પન્ન થયેલી એ ગરમી શરીરરથ જળનું શોષણ કરે છે. માટે વખતે દિવસે કાંઈક વધુ અંશે જળ પીવામાં આવે તો પણ તેનું ધન્ય થવાને સાધન મળી શકે છે પરંતુ રાત્રિના અવિમાની દેવતા ચન્દ્રમા છે. ચન્દ્રમા જળમય છે તેનાં કિરણો શીતળ છે શાંતિ આપનારાં છે. જળનું પોષણ કરનારાં છે. એટલે રાત્રિમાં જે જળ પીવામાં આવે એ જળમાં ચન્દ્રનાં કિરણો અથવા અધારીઆમાં પણ ચન્દ્રની સત્તા-અન્ય જળનો વધારો કરે છે આથી પાન કરવામાં આવેલું જળ બરોબર પાચન થઇ શકતું નથી. અને એથી રોગનું કારણ થઇ પડે છે. ચન્દ્રમા રાત્રિએ ઔષધીઓનું પોષણ કરી પ્રકુલ કરે છે એ પ્રત્યક્ષ જોવામાં આવે છે. એજ કારણે સેષ એક બિન્દુ જળ રાત્રિમાં પીવામાં આવે તો ઘડાના જેટલું અધિક થઇ પડે છે, આમ અતિશયોક્તિમાં વર્ણન કરી આ શ્લોક સમ્બો છે.

આહારે ભેષજં વારિર્ જીર્ણં વારિર્ બલ મદમ્

ભોજને ચામૃતં વારિર્ યુક્તસ્યો પરિતં વિષં ॥ ૫૯ ॥

અર્થ—જમતી સમય પીવામાં આવેલું પાણી ઔષધ રૂપ થાય છે. તેમાં પણ જીર્ણ પાણી જળવાન છે. ભોજનના વચ્ચે તો પીવામાં આવેલું પાણી અમૃતરૂપ છે. પણ ભોજન કરી રહેલા બાદ પીધેલું પાણી વિપસદશ છે. ॥ ૫૯ ॥

વિવેચન—જમતી વખતે પાણી વચમાં પીવુંજ નોંધએ. કારણ કે પ્રથમ આહાર વચમાં પાણી અને ઉપર પણ આહાર આમ ખાધેલ ખોરાક પેટની હોજરીમાં મિશ્રણ થાય છે તે ઘણાં શુભકારી થાય છે. વચ્ચે આવેલું જળ હોજરીમાં પોતાવડે ભાગ પૂરી દે છે એટલા અંશમાં અન્ન ઓછું ખવાય છે એથી અર્જુન પડતું નથી. પણ આત્ર આહાર પ્રથમ જમી લેવામાં આવે અને જળ વચ્ચે પીવામાં આવે નહીં તો અન્ન વધારે જમાય છે અને પેટની અંદર નક્કર ભેળા થયેલા અન્ન અને માદક પદાર્થોના ભાગ જડતી પડી જતો નથી. જેમ એક જાડ કાઢને બાળતાં અગ્નિને વાર લાગે છે એમ ઘટ રૂપ થયેલા અન્નને પેટમાં જડ રાત્રિ જસદી પચવી શકતો નથી. અન્ન જમતાં વખતે વચમાં પાણી પીવું ઘણું શ્રેયસ્કર છે. નવા જળ કરતાં જીવું પાણી જલ્દી સારો શુભ આપે છે. જેનાં કે તલાવમાંમાં અને ટાંકામાં ભેગાં થયેલાં જળ દુરત પીવાથી સહેજમ વગેરે ઉત્પન્ન કરે છે પણ શરદઋતુ આબાથી જીવું થયેલું જળ વધારેનીરોગી રહે છે. પહાડમાંથી નિકળતાં જળનાં ઝરણાં પાણી પીવા

કરતાં મૃતિકાની માટલીમાં એક રાત્રિ ઠારવા પછી પીવામાં આવે તો નકતર કરતા નથી. મુનાઈતું પાણી વિરોધ કરી શરીરને સુખકારક નથી. પણ અતુભવી લોકો કહે છે કે એજ પાણી માટલીમાં એક રાત્રિ ઠારી રાખવા પછી પીવામાં આવે તો નકતર કરતું નથી. અમદાવાદ, વડોદરા, સુરત આદિક રથજો રહેનાર લોકોએ આ વાત યાદ રાખવી ઘણી જરૂરી છે. આ લેખકે આમ જળ પીનાનો અતુભવ કરી આરોગ્ય સાચવેલું છે. હવે રોગથી અજગા રહેવાનો સરલ ઉપાય બતાવે છે.

ન સંપત્તિ ક્રિયાશક્તિ-ભેષજં નચ વિદ્યતે

સર્વ રોગ વિનાશાય-નિશ્ચાન્તેચ પિવેજ્જલમ્ ॥ ૫૯ ॥

અર્થ:—જેની પાસે દ્રવ્યની સંપત્તિ નથી તેમજ રોગ મટાડવાની અન્ય ક્રિયાઓ તથા દવાઓ આવડતી નથી તેણે સર્વ રોગ નિવારણ કરવા સાડ નિશાના અત બાગમાં અર્થાત પેરોડીએ જળપાન કરવું.

વિવેચન—પ્રથમના ઋષિ લોકો પારમાર્થિક જીવન ગાળતા હતા. દેશાટન કરીને અનેક જાપધોનું શોધન કરી સમાજની મેના કરતા હતા. પણ હવે તો પૈસા લીધા વિના દવા કરે એવા ડોક્ટરો અને વૈદ્યો મળવા ઘણા કઠીન છે. એથી જેની પાસે દ્રવ્ય નથી, અને દર્દ છે એણે શું કરવું ? અગર અમુક જાપધી વનમાં તૈયાર છે, પાન છે, પુષ્પ છે, મૂળ છે, ફલ છે, છતાં એને વાપરવાની ક્રિયા આવડતી નથી અને દર્દ કુટુંબમાં અગર શરીરમાં છે એણે શું કરવું ? એમજ પ્રવાલ ભસ્મ, લોહ ભસ્મ, મૌતિક ભસ્મ, સુવર્ણ માલતી-મા અમુક પ્રકારના ચૂર્ણ આદિમાંની દવાઓ પણ પોતાની સમીપે નથી. એવા દર્દીએ પોતાનાં અગર આપ્તજનનાં દર્દ નિવારણ કરના શું કરવું ? તમામ દર્દોના નિવારણાર્થ પેરોડીએ-સર્વોદય પહેલાં-આડધો શરના આશરે પાણી પીવું. આ પાણી મૃતિકાના વાસણમાં રાત્રે ઠારેલું ઘણો સારો ગુણ આપે છે. આ અતુભવ કરાયેલી ક્રિયા છે. સર્વ પ્રકારનાં દર્દો માટે સરલ ઉપાય છે. પીધા પછી સુષ્પ રહેવું નહીં.

વિરુચિર્વિરસોજ્જેચ-છર્દિપીઢાતયોદરે ।

ભવન્ત્યેતાનિચિન્હાનિ સવિજ્ઞેયોમલજ્વરઃ ॥ ૬૧ ॥

અર્થ:—જેના શરીરમાંથી રૂચિ ટળી જાય, તેમજ રસ ભાવના ઉડી જાય, પેટમાં છર્દી અને પીડા ઉત્પન્ન થાય, આવા લક્ષણવાળો મલજ્વર જણાવે.

શોષદોષમવાલશ્ચ મંગમ્નમશિરોવ્યયા ।

૯તાનિયસ્ય ચિન્હાનિ સવિજ્ઞેયોમલજ્વરઃ ॥ ૬૨ ॥

અર્થ:—વારંવાર જેના અંગે જળનો શોષ થાય, શરીર લાલ ચંદ્ર જાય, ગાત્ર ભાગી ગયા હોય એમ લીધિલ ચંદ્ર જાય, મસ્તકે ભ્રમ (ચક્રી) આવે. આટલાં લક્ષણો જો રોગીને જણાય તો તેને મલજ્વર થયો છે એમ જાણવું.

નિદ્રાવિઝંભણંસ્ફોટિઃ અંગમંગસ્તયૈવચ ।

૯તાનિયસ્યચિન્હાનિ સવિજ્ઞેયોમલજ્વરઃ ॥ ૬૩ ॥

અર્થ:—મૂર્છાના જેવી ઘેરી નિદ્રા જણાય, વારંવાર બગાસો આવે, અંગનો ભંગ થયેશો જણાય, આદિક આદિક લક્ષણોથી મલજ્વર ઉત્પન્ન થયો જણાવે.

શિરોવર્તિન્નમોમૂર્છા, તૃદપ્રલાપોરક્તમુવ્રતા ।

મુલ્કંકટુમક્ષિદાઘથ્થ પિત્તજ્વરસ્યલક્ષણમ્ ॥ ૬૪ ॥

અર્થ:—માથામાં ભાર-ચક્રી-મૂર્છા-અતિશય તૃષ્ણા-ગડવાદ-લાલ મુવ્રની ધારા-મુખમાં કડવાશ-આંખોમાં દાહ આદિ પિત્તજ્વરનાં લક્ષણો જાણવાં.

શીતકંપોન્નમીરોમ હર્ષસ્ફોટિશિરોવ્યથા ।

કપાયામુલ્કતાશોપ કાસોવાતોદ્ભવેજ્વરે ॥ ૬૫ ॥

અર્થ:—શરીરે ઠંડી-કંપારી-ચક્રી-રંવાટાનું ઉભું થઇ જવું-શરીરનું ફાટવું-મસ્તકમાં ભારે ખીણ થવી-મુખમાં કડવાશ આદિક વાતજ્વરનાં લક્ષણો છે.

જૃંભોદરેવ્યથાસ્ફોટિ રશક્તિછર્દનંતથા ।

एतानियस्यचिन्हानि सौपिष्टિકरः स्मृतः ॥ ૬૬ ॥

અર્થ:—અગાસાં આવવાં-પેટની અદર ખીણ-શરીરનું ફાટવું-અશક્તિ-વળી શરીરમાં રહી આદિક ચિન્હો જોને થાય, તે નજર લાગવાથી ઉત્પન્ન થયેલો જ્વર સમજવો.

વિવેચન:—આજ કાલના કહેવાતા સુધારામાં નજર લાગવી વહેમ તરીકે ગણવામાં આવે છે. પણ પ્રાણુવિનિમયના પ્રયોગોથી હવે પ્રત્યક્ષ સિદ્ધ થઇ ગયું છે કે તે પ્રયોગ કરનાર ચોખ્ખા જાળો સ્વાદ બદલી શકે છે. તેમજ તેના શુભો પણ બદલી શકે છે. જ્યારે જાળ ઉપર દૃષ્ટિ થઇ અતઃકરણનાં પરમાણુઓમાં પ્રસેપ થઇ શકે છે ત્યારે અન્નાદિક અગર માનવના શરીરમાં પ્રવેશ પામે નહિ એમ કહેવું ભૂલ ભરેલું છે. માનવની આખી પ્રકૃતિને બદલી શરીરને છેદન વ્યથાથી રહિત કરવું આટલા સૂધી તો આ લેખકે પ્રયોગો જોયા છે-આ દૃષ્ટિજ્વર સત્ય છે.

अंग स्वेद शिर स्तायः शीतता हस्त पादयोः

एतानियस्य चिन्हानि स कालज्वर मुच्यते ॥ ૬૭ ॥

અર્થ:—શરીરે અતિશય પ્રસ્વેદ વળવો, મસ્તક ઉપર તાપ, હાથે પગે શીતલતા આદિ આદિક કાળજ્વરનાં લક્ષણો સમજવાં.

अंग भंगो मुखश्चासौ गात्र स्थैर्याक्षिरक्तत्वा

एषा चेष्टा भवेद्यस्य रक्तज्वरः स मुच्यते ॥ ૬૮ ॥

અર્થ:—જોજો અંગ ભાંગી જઇ ચૂરા થઇ ગયા હોય એવી વ્યથા, મુખે શ્યામ ચક્રી આવવો, ગાત્ર સ્થિર થઇ જવાં, ચક્ષુઓમાં લાલ્મી ઉત્પન્ન થઇ આવવી. આવી ચેષ્ટા જોને થાય તેને રક્તજ્વર જાણવો.

अत्रा दष्ट गुणं पिष्टं-पिष्टा दष्ट गुणं पयः

पयसान्नवनिर्तं तद्वत् मांसा दष्ट गुणं घृतम् ॥ ૬૯ ॥

અર્થ:—અન્ન કરતાં આટામાં આઠ ગણી પ્રખળતા રહે છે આટા કરતાં દૂધમાં આઠગણું બળ રહે છે. દૂધ કરતાં આઠગણું માખણ પ્રબળ રહે છે, અને માખણ કરતાં આઠગણું બગવાન ધી કહેલું છે.

અન્નાદિ પંચ રાત્રેણ સપ્ત રાત્રેણ વોપયઃ

દધિ વિંશ તિ રાત્રેણ ઘૃતં માસે ન જીર્યતે ॥ ૭૦ ॥

અર્થઃ—શરીરમાં જમવા પછી અન્નાદિક પાંચ રાત્રિયે પચી જાય છે. દૂધ સાત રાત્રિ સૂધીમાં પચી શકે છે. વીસ રાત્રિએ દહી પચી શકે છે અને પ્રાશન કરવામાં આવેલું ઘી એક મહીને પચી શકે છે.

અજમોદા હરીતક્યૌ સૌવર્ચલ સમન્વિતૌ

કર્પૂરેણ સમંચૂર્ણ અજીર્ણ જ્વર નાશનમ્ ॥ ૭૧ ॥

અર્થઃ—અજમોદ અગર અજમો, હરદેદળ-સિંધાલુ અને વાંસકપૂર એટલાં ઔષધો સમ ભાગે લઈને સવારમાં શક્તિ અનુસાર પ્રાશન કરવાથી અજીર્ણજ્વર નાશ પામે છે.

કઢુકા પિપ્પલીમૂલં મુસ્તા ચૈવ હરીતકી

કિરમાલા સમં ક્વાથ મલજ્વર વિનાશનઃ ॥ ૭૨ ॥

અર્થઃ—કઢુકુ ચૂર્ણ-પીપળી મૂળ-મોથ-હરદે-ગરમાલાનો ગલ-એ ઔષધો સમભાગે લઈ ક્વાથ કરી પાવાથી મલજ્વર નાશ પામે છે.

મર્દનં ચ શરીરસ્ય સેવનં તપ્ત વારિણા

યોગોયં કથિતો વૈદ્યૈઃ સ્વેદજ્વર વિનાશનઃ ॥ ૭૩ ॥

અર્થઃ—શરીરે ખૂબ મર્દન તથા અપી કરાવવા અને ઉષ્ણ જળ વડે વારંવાર ધાસીએ કરાવીને સ્નાન કરાવવું. પરિશ્રમથી ઉત્પન્ન થયેલો જ્વર આ યોગ વડે વિનાશ પામે છે. એમ વૈદ્યો કહે છે.

ચન્દનં ચ સુગન્ધં ચ વાલકં પિત્ત પર્પટમ્

મુસ્તા સુંઠી સમાયુક્તં હરીતં પિત્ત નાશનમ્ ॥ ૭૪ ॥

અર્થઃ—સુગન્ધવાલી સુખડતો બૂકો-સુગંધી વાલા-ધાસીઓ પિત્તપાપડો-મોથ-મુંદ એટલાં દ્રવ્યો સમાન ભાગે લઈ સવારમાં પ્રાશન કરવામાં આવે તો પિત્તજ્વર નાશ પામે છે.

મરીચં સંચલં સુંઠી કિરાતં ચ હરીતકી

પિપ્પલી કઢુકાચૈવ વાતજ્વર વિનાશનં ॥ ૭૫ ॥

અર્થઃ—કાંઠાં મરી-સચલ-સુંઠ-હરિઆતુ-હરદે-પિપળીમૂલ અને કઢુકુ ચૂર્ણ સમ-ભાગે લઈ દ્રાક્ષી ભરવામાં આવે તો વાતજ્વર વિનાશ પામે છે.

દ્રાક્ષાચૈવગઢુચીચ મુસ્તાપર્પટ કન્દકમ્ ।

કઢુકાચસમક્વાયઃ કાલજ્વર વિનાશનઃ ॥ ૭૬ ॥

અર્થઃ—દાક્ષી દ્રાક્ષો-ગળોના વેવા-મોથ-ધાસિઆ પિત્ત પાપડનાં મલ-કઢુ-એ ૭ ઔષધોનો સમાન ભાગે ક્વાથ કરી ચતુર્ધાશ પાણી રહે તે પાવાથી કાલજ્વર નાશ પામે છે.

હિંગં મરી ચ પિપ્પલ્ય કિરાત સુંઠી સંયુતઃ

પ્તચૂર્ણ મદાતવ્યં દ્વિઞ્જ્વર વિનાશનમ્ ॥ ૭૭ ॥

અર્થ—હાંગ, ઢાળાં મરી, પીપળામળ, કરિઆતુ, સુંકે, એટલાં દ્રવ્યતું ચૂર્ણ આપવાથી અર્થાત એ સર્વ આપધાનું ચૂર્ણ કરી ફાકી રૂપે ફાકવાથી દહિબવર નાશ પામે છે.

કુંપલ્યાનિ કરીરસ્ય મધુસંમિલિતાનિ ચ

શોણિત પ્રમથં તાપં નાશયંતિ ચ તત્ક્ષણાત્ ॥ ૭૮ ॥

અર્થ—કરડાનાં કેમળ કુંપળિયાં વાટી એક રૂપીઆભાર અને એક રૂપીઆભાર મધ એ બન્ને આપધાનું સેવન કરવાથી લોહી વિકારથી ઉત્પન્ન થયેલો તાવ નાશ પામે છે.

સટીક-કેશવકલ્યાણ.

અનુવાદક પુરોહિત પૂર્ણચંદ્ર શર્મા.

(અનુસંધાન અંક ૧ લાના પૃષ્ઠ ૩૧ થી) -

[બગાસા યુક્ત અતિસાર અથવા મારે પુનઃ ઉપાય.]

ખીલીગિર અથ કેઠ શિતાઈ, લીંબુ રસદ્ધિ ફિર કરી ખાઈ;
કે ત્રિશુની મિશ્રિ કેઠ ચોથાઈ, ચૂરન ખાય લય હોત ઉબાઈ. ૭૮

કરીર કુંપલ મહી રગડી જૈ, જલ સેવાલ સમ ગોરી કીજૈ,
સ્વેત પથર લાલ ધગી લાના, વો છુદ્ધા બિચ દઈ છાંકાના. ૭૯

કીજૈ શેક કમર મુલદારા, મિટત ઉબાઈ ચર અતિસારા;
લુઈકીધાં આમન નિકલાઈ, ધનકી ગર્મ ખીટ લગોટાઈ. ૮૦

ખીલીનો ગર્મ, કેઠનો ગર્મ, સાકર, લીંબુનો રસ અને ફટકડીનું ફૂલ અથવા તો કેઠાના ગર્મમાં ૩ ગણી સાકર મિલાવી ચોથા ભાગનું ચૂર્ણ ખાવું જેથી બગાસા સાથેનો અતિસાર મટી જાય છે. અથવા કરડાની કુંપળો અને પાણીમાંનો સેવાળ એ સમાન લઈ છુટી રાખવાં. તે પછી ધોળો પથર લાલચોળ ધિખાવી તે છુટેલી લુગદી પર દબાવેો અને તેથી કમર તથા ગુદાને શેક કરવે, તેના વડે બગાસા સાથેનો અતિસાર અર્થે પીણ અને આમણનું નિકળવું બંધ થાય છે; પણ તે શેક વાળી લુગદીનો લગોટ સહિત ઉપયોગ થાય તો ઠીક. ૭૮-૮૦

(તાવ સાથેના અતિસારના ઉપાય.)

ખીચુ પાઠ ચિરાતા લેના, ચિત્રક ઇન્દ્રજો કડુ વજ દેના;
નિકટ સુરતક લુંગ અતિવિપા, રોહિણી હાલ સર્વ સમ ખીસા. ૮૧

ચૂરન દેના મધુ મિલાઈ, તાકે પર તંદુલજલ પાઈ;
જવર અતિસાર શુદ્ધ ફિર ફીરા, કમલા કાચામલ પરમેહા. ૮૨

લીંબડાની અંતરબલ, ઢાળાપાઠ, કરિઆતુ, ચિત્રક, ઇન્દ્રજવ, કડુ, વજ, ત્રિકટ (સુંક, મરી, પીપર), દેવદાર, જળમંજીરો, અતિવિપની કળી, અને રોહિણીની હાલ એઓ સઘળાં સમાન લઈ તેઓનું વજ્રગાળ ચૂર્ણ કરી મધમાં મેગરી સેવન કરવું અને તે ઉપર ચોખાનું ધોવણુ પીવું જેથી તાવ સાથેનો અતિસાર, ગોળાનું દર્દ, ખરાબ, ફાકળો, કાચા મળનું આવું અને પરમેહ એ સઘળાં દૂર થાય છે. ૮૧-૮૨.

(લોહી સાથેના અતિસારના ઉપાય)

- ખેજડિ પાત કે બજુલ પાતા, દધિ મિલાય પિયે રક્ત થ'લાતા,
કે અનાર પતરસ દધિ મિલાય, વો પીના અતિસાર થ'લાય. ૮૩
- કઠાયા છાલ મોચરસ પૂરા, ઇંદ્રજૈ મિથિમે ચૂરા;
બીલી છોડી પય કઠાર્થ પીના, ચૂર્ન રક્ત અતિસાર થ'લીના. ૮૪
- જાંભુ છિલ્લ પિયે આવલે પાની, કે અદ્દીમ કેસર દો ખાની;
કે સાકર શહદ રાલ ચટ જાઇ, રક્તાતિસાર જાત થ'લાય. ૮૫
- લીંબ ફલગિરિ ગુગલ ગુક ખા', રક્તાતિસાર જલદી થ'લાય,
જઠર શાલ કર કહી વિનાસે, બંધકુદ્દે દર્દહી ત્રાસે. ૮૬
- ઇંદ્રજૈવ અતિવિષ અજમોદ વાલો, શુક પાક કડુ લોદ્ર વિશાલો;
બીલી જરા મોચરસ ચિરાતા, ધાતુકી અંબ ગોટી શહદ ચટાતા. ૮૭

ખીજડીનાં પાંદડાં અથવા તો બાવળનાં પાંદડાંનો રસ કે ચૂર્ણ દહિયા મેળવી પીવાથી, અથવા તો દાઢમનાં પાંદડાંનો રસ દહિ સાથે પીવાથી લોહીખંડ વાડો (લોહી સાથેનો ઝાડો) બંધ થાય છે. અથવા તો કઠાજાલ, મોચરસ, ઇંદ્રજૈવ, સાકર અને બીલીનો ગર્ભ એએનો બકરી (છાળી) ના દુધમાં ઉકાળી પીવાથી રક્તાતિસાર બંધ પડે છે. અથવા જાંબુઝની છાલતું ચૂર્ણ ચોખાના પોવણુ સાથે પીવાથી, અથવા અરીણુ અને કેસર સેવન કરવાથી, અથવા સાકર મધ અને રાજ આટવાથી લોહી સાથે આવતો દસ્ત બંધ થાય છે. અથવા લીંબોળીની મીંજ, ગુગળ અને ગોળતા ખાવાથી પણ રક્તાતિસાર મટી જાય છે. તેમજ પેટમાં આવતા રાણુકા, ચૂક અને બંધકોષ એએનો ત્રાસ પણ મટે છે. અથવા તો ઇંદ્રજૈવ, અતિવિષ, અજમોદ, વાલો, શુક, પાક, કડુ, લોદ્ર, ઇંદ્રવારણીનું મૂળ, બીલી, જીરું, મોચરસ, ફિરીઆતું, ધાતુકીનાં ફૂલ, અને કેરીની ગોટલી એએના ચૂર્ણને મધ સાથે ચટાડવામાં આવતાં લોહી સાથેના અતિસાર (ઝાડાનો રોગ) મટી જાય છે. ૮૩-૮૭.

(સોજ સાથે અતિસારના ઉપાય.)

- ધેનિયાં મોથ બીલી બલદાના, વાલો કડુ ધાવડી પુષ્પાના;
કાઠા પિયે દર્દ સખ જાઇ, જવર અતિસાર સોફ અરૂથાર્થ. ૮૮
- ધાણા, મોથ, બીલીનો ગર્ભ (અથવા બાળબીલી), બળખીજ, વાલો, કડુ અને માવડીનાં ફૂલ એએનો કવાથ પીવાથી જવર, જવર સાથેના અતિસાર, સોજો, સોજ સાથેના અતિસાર અને અરૂચિ એએનો નાશ થાય છે. ૮૮.

(અદ્દીખિયાના ઝાડા બંધ થવાના ઉપાય)

- ચિંચની અરૂ કમલફલ લીજે, છિલ્લ ઉતાર ખૂબ રગડીજે;
ગવા લોળણુ ચૂરન ખાઇ, અમલીકો અતિસાર થ'લાય. ૮૯
- આધા ટાંક ભાંગરા આંકા, શુક કઠાયાછિલ્લ દો ટાંક;
પોરત ૩ પુષ્કરમૂલ ગોધુમા, ચાર ચાર ટાંક એ તીતું સુજમા. ૯૦
- આઠ ગુણે જલતામે ડારો, ગોધુમ ગિલે તખ કવાથ ઉતારો;
ચાર ટાંક મિથિમે દધ, અમલી ઝાડા જલદી થ'લેય. ૯૧

આમલીના કચુકા અને કમળકાકડી એ બેડને છાલ વગરનાં કરી ખાંડી વચ્ચે ગાળ ચૂર્ણ બનાવી ગાંધના દહીંના ઘોળવા સાથે મેવન કરવાથી અશ્મિભૂખિઆનો આડો બધ થાય છે જળભાંગરો અરધો ટાક, શુક્ર તથા કડા છાલ બે બે ટાંક, અને અશ્મિભૂખાં ડોડવાં, પુષ્કર-મૂળ અને ઘઉં એ ચાર ચાર ટાંક લઈ આઠ ગણુ (દવાઓના વજનથી આઠ ગણુ) પાણીમાં ઘઉંના ગળવા લગી કવાય કરી પછી તેમાં ચાર ટાંક સાકર મેળવી પાવાથી અશ્મિ-ભૂખિઆને આડા થયા કરતા હોય તે મટે છે. ૮૯-૯૧.

(સન્તિપાત સાથ અતિસારનાં લક્ષણ)

પવન પિત્ત કફ ત્રીણુ મિલાઈ, કષ્ટસાધ્ય અતિસારહ હોઈ;

વરાહ ચર્મીમાંસ જલ-ધાના, તિલી તેલજલ સમરંગ હોના. ૯૨

વાયુ, પિત્ત તથા કફ એ ત્રણેના બગડવાથી થયેલો અતિસાર કષ્ટસાધ્ય (ચોખ ઉપાય કરવાથી મટે તેવો) મનાય છે અને તેમાં સૂઅરની ચરખી જેવો, માંસના ઘોવરામણ જેવો, તલના તેલ જેવો કે પાણી જેવો આડો ઉતરે છે. (તે ત્રિહોપાતિસારના ઉપાય સર્વાતિ-સારમાં છે.) ૯૨

(તમામ અતિસાર ઉપર ગંગાધર ચૂર્ણ.)

ચિત્રક અજમોદ પુગીફલ કનકા, મેચરસ છરા નાગર અંકા;

કોક ધાવડી ત્રિકટુ વાલા, તંતડીક અજમો વાસા અધાલા. ૯૩

અંબ અનાર જાંબુફલ લૈના, પીપરમૂલ નાગકેસરના;

સખ સમાન લે ગિમિ મિલાઈ, ગધુ સંગે અવલોહી ચટાઈ. ૯૪

સિંધુ સમાજલ કુધિર દુર્ગંધા, જીર્ણ અતિસાર મહણી શૂલફંદા;

પ્રવાહિકા ઉખાહીકા કેઈ, ગંગાધર ચૂરન થંભેઈ. ૯૫

ચિત્રામૂલ, અજમોદ, સોપારી, ધંતુરાનાં શુદ્ધ કરેલાં ખીજ, મેચરસ, જીરૂ, શુક્ર, કોકાનો ગર્મ, ધાવડીનાં ફૂલ, ત્રિકટુ, વાળો, કોકમ, અજમો, અરડૂસીતું મૂળ, આંખાની ગોટલી, દાડમદાણા, જાંબુની મીંજ, પીપરીમૂળ અને નાગકેસર એ સઘળાં સમાન લઈ તેની ખરોખર સાકર મેળવી જો મધ સાથે ચાટવામાં આવે તો બેઠક પાતળો આવતો આડો, લોહી સાથનો, દુર્ગંધવાળો, જીતો અતિસાર, સમઠણી પેટનું શળ, મરડો અને ઉપર જેટલા પ્રકારના કહેવામાં આવેલા અતિસાર તે બધા આ ગંગાધર ચૂર્ણથી મટે છે. ૯૩-૯૫.

(પુન ઉપાય)

જાવંત્રી જાયફલ કેસર કપૂરા, આયુ આઠની લોગહ ચૂરા;

સિતા શિખરૂ મેચરસ લીજૈ, ચૂરન દાડિમફલ રસ લીજૈ. ૯૬

સસ પુટ ઉહી રસકૈ ધરના, શુજ ખરાખર ગોલી કરના;

બાલક વૃદ્ધ રૂ ગર્ભિણી નારી, ઇતનેકા થંભે અતિસારી. ૯૭

જાવંત્રી જાયફલ, કેસર, ખરાસ, મોચુ અશ્મિભૂ, લવિંગ, સાકર, શુદ્ધ કરેલો હિંગગોક અને મેચરસ એઓનું ચૂર્ણ કરી દાડિમદાણાના રસના ૭ પુટ આપવા તથા ખારીક ધુંટી લીધા બાદ ચણોડી જેવડી ગોળા કરી ઉપયોગમાં લેવી તો તેથી બચ્ચાનો બૂઢાનો અને ગર્ભિણી સ્ત્રી સુદાંતો અતિસાર બધ થાય છે. ૯૫-૯૭

(પુનઃ ઉપાય)

આપુ પતખાણુલ જાયફલા, ઢાઢ ઢાઢ ટાંક ઢાઢમફલ મિલા;
 મોંમલ કપડા પર નહિયી છાના, હો પુટ ગોવા આગ જલાના. ૯૮
 ખદખદી ગોલા પરિપકવ હોધ, સ્વાંગશીત નિકારો સોધ;
 બદ્ધીફલ સમ ગોલીકર ખાધ, રૂવિર દસ શૂલ મિટિ બાધ. ૯૯

અશીશુ, ખાવળની પાલી, જાયફળ, અને તાજ દાઢમના દાણા એએ અડી અડી ઢાક લઈ ખાંડી હુગદી કરી કપડામાં ગાંધી બેસના છણુનો તેડી ઉપર થર ચક્રી (ગોળા કરી) બે વાર ચોગ્ય આયની અશિખા પડવો, એટલે કે ખખદ થઈ બ્યારે પાડી જાય ત્યારે એની મેળેજ દાઢો થયા બાદ તેને હુડી બોર જેવડી ગોળાએ કરી ઉપરોગમાં લેવી જેથી વ્રતાતિસાર-અતિસાર-ચલ વગેરે મગી જાય છે, ૯૮-૯૯

(પુનઃ ઉપાય)

મુઢપતથર મુરડાશિંગ રાલા, બીલી મોચરસ અડીમ ડાલા;
 મિશ્રિ મિલી ખાય દસ્ત થંભાના, શુરિકા કીજે ચતક સમાના. ૧૦૦
 શખજરુ, મરડાશિંગ, રાજ, બીલી, મોચરસ, અશીશુ અને સાકર એએની ચણુ પ્રમાણુ ગોળા કરી ખાનાથી દસ્ત લાગતા બધ થાય છે. ૧૦.

(પુનઃ ઉપાય)

એલા ઇંદ્રજૈ અજમોઢ અનારી, અંમગોટી અતિવિય આપુ કોઢારી;
 પાઠ કિરાત ગળો તજ વરનો, સોવા લોઢર શહદ કુંદરોનો. ૧૦૧
 માયાં મુસ્તા મોચરસાધ, મરડાશિંગ ધાય પોસ્તાધ;
 વાપુંભા ચોપડ દેવદારા, કાંકચમીજ જતિફલ સારા. ૧૦૨
 છરા લોંધ વિડંગ ખાપરિયા, કડુ શુઠ લોંગ બીલી ધરિયા;
 આપુજલપુટ સાત લગાધ, શીતળ જલસેં દસ્ત થંભાધ. ૧૦૩

એવચી, ઇંદ્રજય, ગોડી અજમો, દાઢમના દાણા, આમાની ગોટલી, અતિવિય, અશીશુ, કોઢાનો ગર્મ, કાળીપાઠ, કિરીઆલું, ગરો, તજ, સવા, લોઢર ખમણો, કુદરપ માયાં, મોથ, મોચરસ, મરડાશિંગ, ધાવડીના ફૂલ, પોસ્તના ડોઢા, વાપુંભા, ચોપડો દેવદાર, કચ્ચાની મીજ, જાયફળ, છર, વાવડીંગ, ખાપરિયુ, કડુ, શુઠ, લવિંગ અને બીનીનો ગર્મ, એએ સત્ર-ળાને ખાંડી વસ્ત્રમાળ કરી અશીશુના પાણીના સાત પુટ દઈ હુટી સોગડી-ગોળા બનાવી દાઢા પાણી સાથે એવન કરનાથી અતિસાર માત્ર દૂર થાય છે. ૧૦૧-૧૦૩

(પુનઃ ઉપાય)

કપુર જવંત્રી રાલ લવિંગા, અકલકરો મોચરસ સંગા;
 આપુ મિલાય પાતરસ ગોળી, ચણુક સમ ખાય દસ્ત થસોલી. ૧૦૪
 ખરાસ, જવંત્રી, રાજ, લવિંગ, અકલકરો, મોચરસ અને અશીશુ એએને પાનના રસ સાથે હુટી ચણુ પ્રમાણુ ગોળા બનાવી ખાનાથી દસ્ત માત્ર બંધ થાય છે. ૧૦૪

(પુનઃ ઉપાય)

લોંગ કંકોલ શુઠ કડુ લૈના, હોદો ટાંક બીલી સમ દૈના;
 સિમંદ કેસર અકલકરાધ, ટાંક ટાંક લાર લૈના આધ. ૧૦૫

અંબગોટી ધાવડી કે ફૂલા, ત્રય ત્રય ટાંક લેહુ સમતૂલા;

ટાંક આપુ. અંતાર રસ ગોલી, તાંદુલજલે અતિસાર થ બોલી. ૧૦૬

લવિંગુઃ ત્રણકાવા, -શુંદ, કડુ એઓ ખેળે ટાંક બાર તથા શુદ્ધ હિંગણાક, કેસર ને અકલકરો એઓ ટાંક ટાંક બાર, તથા કેરીની ગોટલી ને ધાવડીનાં ફૂલ ત્રણ ત્રણ ટાંક બાર, એક એક ટાંક અશીણુ એઓને ખાંડી ચાળી દાકિમ દાણાના રસમા છુટી ગોળી બનાવી ચોખાનાં ધોવણુ સાથે સેવન કરવી, જેથી અતિસાર માત્ર નાશ પામે છે. ૧૦૬

(પુનઃ ઉપાય.)

ઇંદ્રજેત અજમોદ અતિવિષ વાલા, એલચી આમરે અંબગોટી ડાલા;

વાસા કઠાયા ચાતુર જાતી, પીપલમુલ સુસ્તા ચિત્રાતિ. ૧૦૭

જવાંન કોંઠ દો છરા ધાના, ચવક કનક ત્રિગડુ સંચલના;

લોદર ખીલી ધાવડી ફૂલા, નાગકેસર અનાર ઇંગોલા. ૧૦૮

તમાલપત્ર ગજકેસર લાઘ, મોચરસ મરેડી કર્પ સમિતાધ;

દુશુનિ મિશ્રિ શાહદ સહ લેના, સખ અતિસાર તુરંત નસેના. ૧૦૯

ઇંદ્રજેત, અજમોદ, અતિવિષ, વાજો, એલચી, આમળાં, કેરીની ગોટલી, અરૂંચી, કઠાણલ, ચાતુરજાત (તલ-તમાલ પત્ર-નામકેસર-એકચી), પીપરીમૂળ, મોચ, ચિત્રજલ, અજમો, કોંઠ, છર, શાહછર, ધાણા, ચવક, ધતુરાનાં શુદ્ધ કરેલાં બીજ, ત્રિફલ (શુક્ર મરી પીપર), સંચલ, લોદર, ખીલી, ધાવડીનાં ફૂલ, નાગકેસર ખમણું, દાકિમ દાણા, ઇંગોરાની બીજ, તમાલપત્ર, મોચરસ, અને મરેડી એઓ ૧-૧-તોલાબાર લઘ તેના વજ્રગાળ ચૂર્ણમાં બમણી સાકર મેળવી તેને મધ સાથે કાલવી ચાટવામાં આવે તો ચાહે તેવો અતિ સાર લેાય તે મટી જાય છે. ૧૦૭-૧૦૯.

(પુનઃ ઉપાય.)

જાંબુછાલ ટાંક લો ચારા, જલતંદુલસું દય સવારા;

શુલ કર્કરિ લોહી અતિસાર, હોત બંધ સખાહી તતકારા. ૧૧૦

જાંબુજાની છાલ ૪ ટાંક લાવી વજ્રગાળ ચૂર્ણ કરી ચોખાના ધોવણુ સાથે સવારે કાકવામાં આવે તો શલ-પેટપીડા-લોહી વગેરે સાથે થયેલો અતિસાર (આક્રાંતો રોગ) તુરંત બંધ થાય છે.

(પુનઃ ઉપાય.)

આંબગુઠલી કડુ ધાવડી ફૂલા, જાંબુ જાતિ ફૂલ અજમો દલા;

ગડુ કચનાર આદની અશીમા, કિરાત લોંગ કોંઠ ફૂલ કીમા. ૧૧૧

મોચરસ ખાપરિયા એલાચી, છરા વિંધા અતિવિષ સાચી;

ચોપડો સુરતર પાઠ વિકંગા, ચાતુર્જાત લોદ ઇંદ્રજંગા. ૧૧૨

શાહદ કંદરૂચ સુસ્તા માયાં, મરગશિંગ મુવા ખીલી-લાયાં;

વાપુલા સાંગરી બખાનો, ચીજ બત્તીસ લઘ સખ જનો. ૧૧૩

સખ ચૂરન સૂદેમ રંગડી જે, આપુજલપુટ સરતલ દીજે;

સોગડી કરી જલસે ધસી દેના, ખાલ વૃદ્ધ અતિસાર થલેના. ૧૧૪

આખાની ગોટલી, કડુ, ધાવડીનાં ફૂલ, જાંબુજાની છાલ, જમણ, અજમોદ, મોચ, કચનાર, ચોખુ અશીણુ, સિરિયાકું, લવિંગ કોણનો ગર્મ, મોચરસ, ખાપરિયા, એકચી, છર,

શુક્ર, અતિવિય, ચોપડો દેવદાર, વાવડીગ, ચાતુર્ભૂત, લોદર, કાળીપાક, ધંદળ, કંદરૂપ, મોથ, માયાં મરડાશીંગ, સવા બીલીતો ગર્મ વાયુમાં અને સંગરી, એઓતું ચૂર્ણ નિયમાનુસાર ચૂર્ણ કરી મધ મેળવી અરીણના પાણીથી ૭ વાર બીજની છુટી સોગડી કરી સુકવવી. પછી પાણી સાથે ઘસી ઉપયોગમાં લેવી જેથી નવો કે જુનો અતિસાર હોય તેણે મરી જાય છે. ૧૧૧-૧૧૪.

(સમઢણી રોગ વિચાર.)

અંગ ભારી અલસિત બલબિન્ના, અન્ન અંછરનજાલ સંક્રિષ્ટા, કંછુ ઝાડા કંછુ કંઠિષ્ઠ મલ હૈ, અગ્નિમંદ વાયુ તુચ્છ બળ હૈ. ૧૧૫
માસ એક અતિસાર કંઠાઇ, તુચ્છ અતિસાર સંગ્રહની વાધુ, ૧૧૬
જઠર ગાજ દુર્ગંધ ધનેરી, જઠરદરંગ અંગ આવત ફેરી. ૧૧૭
અંગ ભારે રહ્યા કરે, આળસ આવે, બળ ક્ષીણ થઈ જાય, અનંત દાણો મમે નહીં, (પણ આખો ને આખો દસ્તમાં નિકળ્યા કરે.), બળતરા જણાય, કાંઈ વખતે ઝાડા પ્રધાન થશે તો કાંઈ વખતે પાણી જેવો કે કંઠણ થયા કરે, જઠરાગ્નિની મદતા જણાય વાયુથી પેટમાં શુદ શુદ રાખ્દ થયા કરે, વાયુ સંચાર થાય નહીં, અને વા સંચાર થાય તો દસ્તભરી જાય વજેરે લક્ષણો જણાય અને આડમાં કે વા સંચારમાં દુર્ગંધ ધણીજ આવતી હોય તથા અંગનો રંગ પીળો થયા સાથ ફેર આવ્યા કરે તે સમઢણીનો રોગી કહેવાય છે. અતિસારનું દર્દ એક માસથી વધારે રહેવા છતાં તેને મટાડવાની દરકાર રાખે નહીં તેથી દોષો વિશેષ વિકારવંત થતાં સંગ્રહણી (ગ્રહણી નામની કળાને બગાડી અનંતો જઠરમાં સંગ્રહ નહીં થવા દે તેવો) રોગ પેદા થાય છે. ૧૧૫-૧૧૬.

(વાયુકોપની સમઢણી માટે ક્વાય.)

વાસ ધમાસ ભાર્ગી અર નાગર, હોય નિસા મુરતા ગલુ આગર, ૧૧૭
લીંબ છાલ અર પાલકર મૂલા, કાઢા પવન સંગ્રહણી દૂર,
અરડૂસાની છાલ, ધમાસો, ભારંગી, શુક્ર, હળદર, મોથ, ગેળો, અગર, લીંબડાની અંતર છાલ, અને પુષ્કરમૂળ એઓતો ક્વાય કરી પીવાથી વાયુકોપની સંગ્રહણી મટે છે. ૧૧૭

(પિત્તકોપની સમઢણી માટે ક્વાય.)

કાસ કૂસ નલ ઇલુ મૂલા, વાસ વંશજડ ચિત્રા તૂલા; ૧૧૮
ધનકા કાઢા કરી જખ દીજે, પિત્તસંગ્રહણી પલમ જીજે,
કાસડાનાં, ડામના, નળના, અરડૂસાનાં, વાસડાનાં અને ચિત્રાનાં મૂળ સમાન તોલથી લઇ ક્વાય કરી પિવરાવવાથી પળમાં પિત્તસંગ્રહણી દૂર થાય છે. ૧૧૮. (અપૂર્ણ.)

રામકાંચનનાં અનુપાન.

પ્રયોજક પુરોહિત પૂર્ણચંદ્ર શર્મા.

(અનુસંધાન ગત ડિસેમ્બરના ૫૪ ૪૭૬ થી શરૂ.)

૫૬ મહેાંમાં અમી આજી રહેતું હોય તો:—સોપારીના ચૂરામાં થોડાં દીપાં નાખી મહેાંમાં રાખવું.

- ૫૭ ચામડીમાં શૂન્યતા રહેતી હોય તો:—તે જગોપર મસળવું.
- ૫૮ પેટમાં ગાળો ચઢતો હોય તો:—પાણીમાં, પતાસામાં કે ખાંડમાં ઉમરના પ્રમાણમાં આપવું.
- ૫૯ પાત્રુળા ઝાઝા થતા હોય તો:—ઉપર પ્રમાણે યોગ્ય માત્રાનો ઉપયોગ કરવો.
- ૬૦ ત્રિકોષ્ઠ હોય તો:—ખે કલાકે પાણીમાં આપવું.
- ૬૧ શરીરમાં ગરમી લાવવી હોય તો:—મીઠા તેલમાં મેળવી શરીરે મસળવું.
- ૬૨ અચેતનને ચેતન કરવો હોય તો:—પાણું તથા મસળવું.
- ૬૩ દાંત ખંધાઈ ગયા હોય તો:—દાંતનાં પેઠાંપર લગાડવું.
- ૬૪ જઠરાગ્નિને તેજ કરવો હોય તો:—પાણી સાથે દિવસમાં ૩ વાર આપવું.
- ૬૫ ભૂખ લાગતી હોય કે ખોટી ભૂખ લાગતી હોય તો:—ઉપર પ્રમાણે કરવું.
- ૬૬ ફેર આવતા હોય તો:—દિવસમાં ત્રણ વખત આપવું.
- ૬૭ મોળ બહુ આવતી હોય તો:—ખાંડ સાથે અંદાજસર આપવું.
- ૬૮ પેટમાં ગુડગડાટ બહુ થતો હોય તો:—ઉપર પ્રમાણે કરવું.
- ૬૯ બરણ વધી હોય તો:—પોષણ સાથે આપવું.
- ૭૦ યકૃતની પીડા હોય તો:—લીંબુના શરબત સાથે આપવું.
- ૭૧ સોજો આવગો હોય તો:—પીંછીથી ચોપડવું.
- ૭૨ પરસેવો ગંધાતો હોય તો:—મઠના કે ચણાના ઘોટ સાથે મસળવું.
- ૭૩ ઓડકાર ન આવતા હોય તો:—પાણી સાથે જરૂર પડે ત્યાં લગી આપવું.
- ૭૪ ઓડકાર બહુજ આવતા હોય તો:—સાકર સાથે આપવું.
- ૭૫ છાતીમાં ડચૂરો બાઝયો હોય તો:—પાણી સાથે પાણું તથા છાતીએ લગાડવું.
- ૭૬ મ્હોંમાં આગરૂ હોય તો:—પાનમાં લગાડી ખાવું.
- ૭૭ જીવાત પડી હોય તો:—પુંખડું ભરી તે જગોએ રાખવું.
- ૭૮ જીભ પર કાંટા પડ્યા હોય તો:—જીભ પર લગાડવું.
- ૭૯ કરમિયાની પીડા હોય તો:—ખાંડ સાથે આપવું.
- ૮૦ શૂળ નીકળતું હોય તો:—તે જગોએ આસ્તેથી મસળવું.
- ૮૧ ચૂંક આવતી હોય તો:—પાણી ખાંડ કે પતાસામાં સેવવું.
- ૮૨ તાંબુ-આંચકી આવતી હોય તો:—પીણું અને મસળવું.
- ૮૩ ઉંધ ન આવતી હોય તો:—લીંબુના શરબત સાથે સેવવું.
- ૮૪ નસ ચડી ગયું કે ટચકી હોય તો:—મીઠા તેલ સાથે મસળવું.
- ૮૫ કેડ અકડાઈ હોય તો:—ઉપર પ્રમાણે કરવું. (અપૂર્ણ.)

સ્ત્રીઓની ધોળી ધાતુ માટે સચ્ચોટ ઉપાય.

(અનુભવનાર વાંદરા શુ. સ્કૃલ હેડ મિસ્ટ્રેસ મિસ લીલીયન યાચી.)

સ્ત્રીઓને ધોળી ધાતુ પડવાનું હૃદય ધણુંજ ખગમ હોય છે, કે જેના વડે તેઓની ખુશ્ખરતીની, શરીરની, તાકતની, અને સંતતીની ખરાબી થઈ જાય છે; પરંતુ તે હૃદય જીવ

કે નવું હોય છતાં જે મેં મારી સહવાસિની સ્ત્રીઓના ઉપકાર માટે દવાઓ અજમાવી સિદ્ધ કરેલ છે તે લોકહિતની ખાતર જાહેરમાં મૂકું છું. આશા છે કે સ્ત્રીઓ સ્નેહ સહિત અજમાવી આનંદ મેળવી મારા કુદરતી હક્કમાં પ્રભુ મદદગાર થાય તેવી સારી દુવા માંગીશ.

૪૦૦ કે ૫૦૦ વર્ષની જુની ઇટ લાઇ 'કોલસાની અગ્નિમાં લાલ ચોળ કરી ગૌમૂત્રમાં છમકારવી અને તેવીજ રીતે ૧૦૦ વખત કરવું, જેથી ચૂર્ણ રૂપે તે થતીજ જશે. તે ચૂર્ણ કપડાણુ કરી તેમાંથી એક વાલ ચૂર્ણ અને બે વાલ લાટડીઆ પાપાણુ ભેદનું ચૂર્ણ લઇ ધોએલી ખાંડ હથેલીમાં બે વાલ પાથરી તે બેડ ચૂર્ણ મૂકી તે ઉપર ફરીથી બે વાલ ખાંડ મૂકી તાજા પાણી સાથે કે ગાયના દૂધ સાથે દરરોજ સાંજ સવાર દર્દ મટતાં લગી કાઢવું. ઉપર હીંગ, મરચાં ખટાસ, ગરમ મસાલો ન ખાવાં અને અલ્પચર્ય પાળવું.

ઉપાય બીજો—ઇસખશુલની ભૂકી અને સાકર સમાન બાગે (પાવલી પાવલીમાર) ગાયના દૂધ સાથે દરરોજ બે ટંક એક મહીના લગી કાઢવી. ખાવાપીવામાં હિંગ, મરચાં, તેલ, ખટાશ વગેરે ન ખાવું અને અલ્પચર્ય સેવવું.

ઉપાય ત્રીજો—સોપારીનાં ખોખા, જાયફળ, અને માયાં. એ સરખે વજનને લઇ ખાંડી કપડ છાણુ કરી ખારીક વજ્રમાં વડખોર જેવડી પોટલીઓ બાંધી પહેરવાના ઉપયોગમાં લેવી અને તે એક પોટલી બે દિવસરાત લગી રાખી તે પછી બીજી લેવી એમ ૩ કે ૭ પોટલી લેવાથી પ્રદર મટીજ જાય છે. પણ અલ્પચર્ય પૂર્ણપણે પાળવું.

ઉપાય ચોથો—શીમળાના ફુલનું શાક ધીમાં વધારી દર્દ મટતાં લગી દરરોજ ખાવું અને નિયમમાં રહેવું. (વિશેષ ખુલાસા માટે પત્ર લખો.)

પ્લેગ પ્રતિબંધક ઉપાય.

(અનુવાદક નહાનાલાલ સી. ઉપચારક. કન્ય-કોડાય.)

[અનુસંધાન એપ્રિલના અંકના ૧૩૭ માં પ્રકાશિત.]

શિતળાની રસીથી શિતળાની અસર ને શરીરમાં હોય છે તો તેનો નાશ થતો મનાય છે, પરંતુ પ્લેગની રસી લગાવવાથી ને રસી લગાવવા પૂર્વે પ્લેગની અસર શરીરમાં હોય તો મરણ થાય છે. પ્લેગની રસી મૂકવાવાળા અને તેમની સહાયતા કરવાવાળા કહે છે કે “રસી” રુધિરમાં બળી જઈને એક પ્રકારના ઝેર જેવી અસર કરે છે; અને લવણુની જેમ રક્તમાં સેળસેળ થઇ જાય છે, અને જેમ કલરવાળી જમીનમાં ચોખ્ખા પાકતા નથી તેમજ પ્લેગના જંતુ રસી લગાવવાવાળા મનુષ્યના શરીરમાં પ્રવેશ બંધ કરે તથાપિ ફેલાઈ જઈ શકતા નથી, પરંતુ કોઇ કોઇ વખતે તો નાશ પણ પામે છે. તથાપિ યાદ રાખવું કે જો અંદર દાખલ થયેલા જંતુઓની સંખ્યા ઘણી હોય અને માનુષી શરીરમાં ઝેર તેનો નાશ કરવામાં સફલતા ન મેળવે તો તેવે વખતે માણુસ પ્લેગનો ભોગ બની બીજી દુનિયામાં પ્રવાસ કરે એવો ભય રહે છે.

મલિકવાલમાં રસી લગાવેલ તમામ મનુષ્યો “ સી ”થીજ મરી જવાથી તેની ઉન્ન-
તિમાં વળી અલ્પક વિઘ્ન ઉપસ્થીત થઇ ચૂક્યું છે. જણાવવામાં આવે છે કે “ રસી ” જે

મોકલવામાં આવી હતી તેમાં જીવતા જંતુ અધિક હતા. પરંતુ હવે એવું નહિજ અને એમ કહેવા કોણ સમર્થ છે.? કારણ કે જ્યારે તેની પરીક્ષાનો અવસર હતો, અને તેની તરફેણમાં કાર્ય કરનારાઓએ સર્વાંગ પૂર્ણ રીતે સંભાલ રાખવા છતાં આમ બન્યું તો પછી ફરીથી તેમ કાં ન બને ?

ડાક્ટર ટર્નર સાહેબ મુંબઈના અમલદાર ગવર્નમેન્ટ ને લખ્યું, કે રાજ્યસત્તા એવી યોજના કરે કે જે કોઈ મનુષ્ય રસી-લગાવવાથી મૃત્યુ પામશે તો તેનાં સગાં વહાલાં ને ૧૦૦) રૂપિયા આપવામાં આવશે. આ વાંચતાં અમને બહુજ શોક થયો, પરંતુ જ્યારે સાંભળ્યું કે રાજ્યસત્તાએ એ વાતનો ચોક્કસો ઈન્કાર કર્યો ત્યારે અમે બહુજ રાજી થયા. ડાક્ટર સાહેબ શા માટે એવો કાંઈ સર્વોત્તમ ઉપાય નથી શોધી કાઢના કે જેથી કરીને લોકો પોતેજ ખેંચાય ! સો રૂપિયાના મોઢ પાશમાં સપડાવી રસીનો પ્રચાર કરવો એ શું બ્યાજખી છે ? ઇલિડ્યન પબ્લિક હેલ્થના મે ૧૯૦૫ ના અંકમાં સંપાદક, સાહેબ લખે છે કે “અમારા સમગ્રવામાં એવું કોઈ કારણ નથી આવતું કે શામાટે રાજ્ય સત્તાએ આ રીતિ પસંદ ન કરી ? પરીક્ષા કરવાની જરૂર હતી કેમકે સંભવ છે કે પ્લેગની રસી આ પ્રમાણે ઉભતિ પામત. ” મતલબ એટલીજ કે ગમે તેવા ઉપાયો યોજાને પણ પ્લેગની રસીનો પ્રચાર કરવો.

આ લાંબા લઘુ વિવાદનો સારાંશ એટલોજ છે કે “ રસી ” જરા પણ સંતોષ-જનક સાબીત થઈ નથી; અને તેટલા માટે રાજ્યસત્તાનું કર્તવ્ય છે કે એમ કહીને નિરાશ ન થઈ બેસે કે મરજી હાથથી છટકી ગઈ છે. પરંતુ સર્વાર્જ-પૂર્ણ અનુસન્ધાન કરીને લિંડુ-સ્તાનને ઝીંડુ-ખમાંથી મુક્ત કરે. અમે એમ કહેવાને તકન તૈયાર છીએ કે પ્લેગના સંબંધમાં, રાજ્યસત્તા ધણીએક ભેદો જાણી શકી નથી. આજ સુધીમાં જે મનુષ્યો પ્લેગ સંબંધી બ્યવસ્થાને માટે નિમાયણ છે તેઓનાં પરિણામ વિશ્વાસપાત્ર નથી. અમે નિવેદન કરવા માંગીએ છીએ કે આર્યવેદિકમાં એવા પ્રકારના ઉપાય અને ચિકિત્સા લખ્યાં છે કે તેઓનો અનુભવ કરવાથી—વપરાશમાં લાવવાથી—અવસ્ય પ્લેગનું મુજ નાશ થવાની આશા છે. એટલાજ માટે જ્યારે ડાક્ટર સાહેબોની કહાણીઓ સાંભળવામાં આવે છે ત્યાં વેદો (દેશી હજીમો તથા વેદો) ના અનુસન્ધાન તરફ પણ કંઈ નજર કરવામાં આવવી જોઈએ; જેઓ દાવો કરે તેના દાવાની પરીક્ષા કરવી જોઈએ, અને નહિ તો સાંભળવામાં શું કંઈ હાનિ તો નથી ના ?

આર્ય વેદિક ચિકિત્સા તમામ ચિકિત્સાઓની માતા છે. અને માતાને મૂઝી દેવી એ અમને ઠીક લાગતું નથી.

(૨) Disinfection અર્થાત્ શુદ્ધિ કે સ્વચ્છતા, એ રોગથી બચવાનો બીજો ઉપાય ઉપાય છે. આ ઉપાયને ડાક્ટર માહેબો બહુ જાર દઈને આપણી સમક્ષ મૂકે છે.

Disinfection અર્થાત્ રોગના ક્રીડાણુઓને મારી નાખવાવાળી દવાઓથી મૃદુ આદિને સાફ કરવાં. રોગના ક્રીડાણુઓને મારી નાખવાવાળી દવાઓ દ્વારા ધરને સ્વચ્છ કરવાથી રોગનો બચ-બંદૂજ થોડો થઈ જાય છે. જોકે અમારું માનવું છે કે આ વિધિ કરતાં અધિક ઉપયોગી અમારી પ્રાચીન રીતિ હતી કે જેનું વર્ણન અમે પાછળ કરશું. પરંતુ આ વિધિ શુભકારી હોવામાં લેધ માત્ર પણ રક્ષા તો નથીજ. અમે જાર દઈને (પોકારીને) આ વિધિનો ઉપયોગ કરવાની પ્રાર્થના કરીએ છીએ.

અગ્રિય પ્રચલિત ડિસઇન્ફેક્ટન્ટ નીચે પ્રમાણે છે:—

(૧) પાંચ ભાગ કાર્બોલિક એસિડ અને સો ભાગ પાણી રોગના જીવુઓને તત્કાલ મારી નાખવાની શક્તિ ધરાવે છે.

(૨) ૩ ભાગ દિનાયલ તથા ૧૦૦ ભાગ જલ પાંચ મિનિટની અંદર કિટાણુઓનો નાશ કરી શકે છે. જો અધિક તેજ કરવાની ઇચ્છા હોય તો એક ભાગ દિનાયલ મેળવવી.

(૩) રૂઠ્ઠા મર્ક્યુરી સોલન એક મિનિટમાં કિટાણુઓને મારી નાખે છે. બનાવવાની રીતિ પાછળ લખીશું.

(૪) રૂઠ્ઠા કાલ્ડિ સોલન (પોટેશમ પરમેંગેનેટ સોલન) પ્લેગના જીવકોને ૫ મિનિટમાં મારી નાખે છે બનાવવાની રીતિ પાછળ લખાયું.

(૫) ક્યોરાઇડ ઓફ લાઇમ એક ભાગ અને દશ હજાર ભાગ જલ પ્લેગના જીવુઓને પાંચ મિનિટમાં નષ્ટ કરે છે.

(૬) એક ભાગ સલ્ફ્યુરીક એસિડ (ગંધકનો તેજમ) અને દશ હજાર ભાગ જલ પાંચ મિનિટમાં જીવુનો નાશ કરે છે.

(૭) પાંચ ભાગ મોરચ્યુ અને સાત ભાગ જલ પણ વપરાય છે.

અધિકતર પ્રચલિત રીતિ મર્ક્યુરી સોલન વાપરવાની છે. લીલા રંગનું જલ પ્લેગના દિવસોમાં સરકાર તરફથી કંઈ ધરાવે તે સાફ કરવાને માટે વાપરવામાં આવે છે. આજી મર્ક્યુરી સોલન હોય છે. એક મ્હોટા વાસણમાં સનારો મર્ક્યુરી ઉપર ક્યોરાઇડ નાખો અને ૪૦ છટાક (૨૦૦ રૂપિયાભાર) હાઇડ્રોમેરીક એસિડ (નિમકનો તેજમ) થી મિશ્રિત કરો અને લાઇડીથી એટલું હલાવો કે એમાં ક્યોરાઇડ સેજમેળ થઈ જાય અને પછી તેમાં ખારસેર પાણી મેળવો. આ મર્ક્યુરી સોલન ૧૦ ભાગનું મર્ક્યુરી સોલન બને છે. જ્યારે આનો ઉપયોગ કરવો હોય ત્યારે ૨૫૦ શેર જલમાં આને ભેળવો. આ દર સેંકડે એક હજાર ભાગનું મર્ક્યુરી સોલન તૈયાર થયું. આમાં લીલો રંગ પાણીમાં મીઠા કરીને નાખી દેવો જોઈએ.

લીલો રંગ નાખવાની મતલબ એ છે કે જ્યારે ભીંત ઉપર આ છાંટવામાં આવે ત્યારે સ્પષ્ટ જણાઈ આવે કે કોઈ સ્થળ છાંટવા વગરનું તો રહી નથી ગયું ના ?

મર્ક્યુરી સોલન નીચે મુજબ પણ બને છે.

પરક્યોરાઇડ ઓફ મર્ક્યુરી ૧૦ છટાક^૧ ક્યોરાઇડ ઓફ એમોનિયા (નવસાર) સાદા માત છટાક, હાઇડ્રોમેરીક એસિડ (તેજમ નમક) ૫૦ છટાક, લીલો રંગ ૩ છટાક, જલ ૧૭૦ છટાક. તમામ સેજમેળ કરીને રાખી મુકવું. આમાંથી સાકાચુ છટાક એક શેર^૨ પાણીમાં નાખવાથી રૂઠ્ઠા શક્તિનું મર્ક્યુરી સોલન તૈયાર થાય છે, આ મર્ક્યુરી સોલન એમજ જમીન ઉપર થોડું થોડું છાંટવાથી કોઈ લાભ થશે નહિ. પરંતુ એટલું બધું નાખવું જોઈએ કે તે વહી નિકશે. ભીંતો અને છતોને એવી કુશળતાથી ધોવી જોઈએ કે કોઈપણ ખાકો છાંટવા વિનાનું ન રહે. ડિસઇન્ફેક્ટ કરેલાં ઘરોમાં પુનઃ પ્લેગ ફેવાઇ જાય છે તેનું એજ કારણ છે કે કેટલાંએક ફેમલે મર્ક્યુરી સોલન જગત્તર ધોવાય તેટલું ન છાંટ્યું અને તેથી ત્યાંના પ્લેગના જીવુઓ ત્યાંજ સલામત રહ્યા. ઉદારો, અને એવાં બીજાં જીવુઓનાં

રહેલાં અને દરોમાં સારી રીતે મર્ચ્યુરી લોશન છોટે. ભોંયતળીયુ યા ભોંયરાં પણ સારી રીતે લોશનથી સ્વચ્છ કરાવી લેવાં જોઈએ. જે દીવાલો તથા ગૃહભૂમિ લાકડાની હોય, તો કેવલ ધોધળ નાખવી જોઈએ. પણ જે તે માટીની હોય તો સારી રીતે લોશન છોટવું જોઈએ. જ્યારે એક વખત છોટલું તેમાં ચૂસાઈ જાય ત્યારે ખીજી વખત રેડવું જોઈએ. મર્ચ્યુરી લોશનને આ પ્રમાણે તૈયાર કરીને જ્યોતને રાખવાની જરૂર નથી તેઓએ જરૂરીથી આ પ્રમાણે બનાવી લેવું જોઈએ:—

દારચિના આઘો છાંક, તેમજ નમક ૧ છાંક, જલ ૩૦ સેર, લીલો રંગ ૫ રતી. જે લોકો ગામડામાં રહે છે તેઓ જરૂરીથી તીચેવું લોશન તૈયાર કરી શકે છે. દારચિના ૧ છાંક, નવસાર ૧ છાંક, જલ સાઠ સેર, નકમ ૨ છાંક, લીલો રંગ ૫ રતી. આનાથી આખા ઘરને સાફ કરી નાંખવું જોઈએ. આમાં ખર્ચ પણ ઓછો પડે છે. ધ્યાન રાખવું કે દારચિનાથી કલકલો દોઢાં આદિ ખવાઈ જાય છે અને તેટલા માટે આ લોશનને માટી અથવા લાકડીના વાસણમાં રાખવું જોઈએ. આનાથી પણ થોડી કીમતનું (પણ તેટલું ગુણકારી નહિ) એક ખીજું લોશન છે. તે પાંચ ભાગ મેરચ્યુર ૧૦૦ ભાગ પાણીમાં ભેળવવાથી તૈયાર થાય છે. નિર્ધન મનુષ્યો આનાથી ચલાવી શકે છે. ૫ ભાગ કાર્બોલીક એસિડ તથા ૧૦૦ ભાગ જલ પણ ડિસઇન્ફેક્ટન્ટ છે. પરંતુ તેનું ખર્ચ પણ વળી અધિક છે. ફીનાઇલ (Phenyle) માં ૧૦૦ ભાગ જલ ભેળવવાથી ઉત્તમ કીટાણુ ઘાતક લોશન તૈયાર થાય છે. પરંતુ ભીંતો તથા છતોને સાફ કરવામાં આનો ઉપયોગ ન કરવો જોઈએ. કેમકે તેનો ઉપયોગ કરવાથી બહુજ દુર્ગન્ધ આવે છે, અને સંભવ છે કે શિરોવેદના આદિ રોગો લાગુ પડે. આને તો માત્ર પાચખાના તથા ઘરની મેરીચોમાં છોટવું જોઈએ. વચ્ચે પણ જે ઘોવાં હોય તો મર્ચ્યુરી લોશનથીજ ઘોવાં જોઈએ. ફિનાઇલથી દુર્ગન્ધ ઘણી આવે છે તેનું વર્જન આગળ ઉપર કર્યું.

કલોરાઇડ ઓફ લાઇમથી પણ દુર્ગન્ધ બહુ આવે છે, તે સહન પણ થઈ શકતી નથી અને તેમાં ખર્ચ ઘણો લાગતો હોવાથી તેનો કોઈ ઉપયોગ પણ કરવું નથી. કલોચ્યૂનો એક સામાન્ય જંતુનાશક મનાય છે. ભીંતો ઉપર સફેદી કરાવી લેવી જોઈએ તે પણ ઉપયોગી છે.

અભિપ્રાય એવો છે કે સર્વથી ઉપયોગી ડિસઇન્ફેક્ટન્ટ મર્ચ્યુરી લોશનજ સાળીત થયેલ છે અને ખીજા નંબરમાં ગંધકનો તેજળ, પરમેગેનેટ ઓફ પોટાશ અને જલથી એક લોશન તૈયાર કરાય છે. પરંતુ આ પણ ચાલુ નથી. કેમકે તેજળ એક ભયાનક વસ્તુ છે. આ લોશનમાં વારંવાર હાથ નાખવાથી તુકશાન થવા સંભવ છે.

આપ સોહેમો હવે તો સમજી ગયા હશે કે પ્લેગના દિવસોમાં ઘર કેવી રીતે સાફ કરી લેવું જોઈએ. આ વખતે ઘરની તમામ ઝીલે બહાર રાખી દેવી જોઈએ. સાધારણ કપડાં ઉપર લખેલ મર્ચ્યુરી લોશનથીજ ધોઈને સુકાવવાં જોઈએ. આવી રીતિથી જેને શુદ્ધિ કરવામાં બાધા નડે તેવી વસ્તુઓ તડકામાં ગંખવી જોઈએ અને તે પણ કેટલાક દિવસ સુધી. આમ ખીજી વસ્તુઓને પણ તડકામાં રાખવી જોઈએ. જ્યારે તમામ વસ્તુઓ શુદ્ધ થઈ જાય ત્યારે તે ઘરમાં રહેવું. તોપણ ધ્યાન તો રાખવું અને જ્યારે શંકા થાય ત્યારે તુરત ઘરને ડિસઇન્ફેક્ટ કરી લેવું જોઈએ. વચ્ચે સાફ કરવા માટે ગંધકની ધૂણીનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. અમને એ વાત સ્વીકારવામાં જરાએ શંકા નથી કે ગંધકનો ધુવારો આવા કીટા

ને; નાશ કરવાનો એક ઉત્તમ ઉપાય છે. પણ આ ધુમાડો ઘણાજ દુર્ગંધવાળો અને બાયકર છે. ગંધકના ધુમાડાથી આસ રોકાવા માટે છે અને ફેફસાંનું તુકશાન થાય છે. જે ધરને ડિસઇન્ફેક્ટ (શુદ્ધ) કરવું હોય તેમાં પણ ગંધક બાળવામાં આવે છે. અને કાક્ટરોનો મત છે કે તે ધરમાં ત્યાં સુધી દાખલ ન થવું કે ત્યાં સુધી ગંધકનો ધુમાડો સદંતર નાશ થઈ ન ગયો હોય. આ વાત ચોક્કસ ઠરાવની છે કે ગંધક આરોગ્યતાને માટે તુકશાનકારક છે. તેની જગ્યાએ અમે આગળ કહીશું તેમ સુગંધિત પદાર્થ અગ્નિમાં નાખ્યા જોઈએ. એક ધર જે સ્વચ્છ કરવું હોય તો આવી ચોક્કસી રાખી શકાય છે કે ત્યાં સુધી ધુમાડો નિકળી ન જાય ત્યાં સુધી અંદર દાખલ ન થવું. પરંતુ જ્યારે શહેરો અથવા ગામડાઓની શુદ્ધિ કરવી હોય ત્યાં આ પદ્ધતિ ઉચીત નથી લાગતી. અને આમ કરવાથી સંભવ છે કે રોગ કીટાણું નાશ પામી જાય, પરંતુ તેની સાથે ગામમાં રહેનારના આરોગ્ય ઉપર ખરાબ પરિણામ નિપજવામાં જરાય સંદેહ ગ્રહિતો નથી.

જે દુર્ગંધિતે આપણે સહન કરી શકતા નથી અથવા જેની પાસેથી પસાર થવું પણ મુશ્કેલ થઈ પડે છે ત્યાં રોગના જંતુઓ ઝડપથી વધે છે.

અપૂર્ણ.

દીર્ઘાચુષ્ય.

“ સો વર્ષથી અધિક જીવવું શક્ય છે તથા પોર્વાત્ય તથા પાશ્ચાત્ય દીર્ઘાચુષી મનુષ્યોના ઐતિહાસિક દૃષ્ટાન્તો. ”

સાધારણ મનુષ્યોના મનમાં “ શરીર નાશવાન છે ” તથા ‘ વૃદ્ધાવસ્થા અનિનાર્થ છે ’ એ વિચાર એટલા દૃઢ થઈ ગયા છે કે તેઓ અજરામરત્વ શક્ય છે એ વાતને સહસા સમજી શકતા નથી.

આ વિચારો શુદ્ધિ પૂર્વક બાંધેલા નથી હોતા એટલે કાંઈ નિશ્ચયાત્મક નથી હોતા પણ માત્ર અભિપ્રાયો જ છે. ત્હેમને નિર્ભૂજ કરવાનું કર્તવ્ય વિચારશીલ માણસોને શિરે રહે છે.

એક માણસ સો વર્ષ જીવે છે તો ખીન્ને શામાટે ન જીવી શકે ? એક માણસ ૧૫૦ કે તેથી અધિક વર્ષનું આયુષ્ય બોગવી શકે તો અન્ય વ્યક્તિ તે કેમ નહિ બોગવી શકે ? (what man has done man can do) જે એક માણસ માટે શક્ય છે તે અનેક માટે શક્ય છે: જે એક માણસ કરી શકે છે તે ખીન્ન કોઈ પણ માણસ કરી શકે છે. આયુષ્ય ચોક્કસ આટલુંજ અસુખ વર્ષનુંજ, હોયું જોઈએ એમ આપણે કહી શકતા નથી. કારણ કોઈ ૧૦૦ વર્ષ તો કોઈ ૧૧૫, કોઈ ૧૫૦ ને કોઈ ૧૭૫ વર્ષ પણ જીવી શકે છે. મનુષ્ય ૨૦૦, ૩૦૦ કે ૫૦૦ વર્ષ શામાટે ન જીવી શકે તેના માટે ક્યાં પ્રમાણ છે ? મનુષ્યની આટલીજ ઉંમર હેવી જોઈએ અતે તેથી વધારે તે જીવી શકતો નથી એમ કહી શકાયજ નહિ.

સત્યાશ્રોમાં અમરત્વ પ્રાપ્ત કર્યાની શક્યતાના અનેક ઉદ્દેશ્ય છે. અર્વાચીન સૂક્ષ્મ શુદ્ધિમાન વિદ્વાન, પણ અજરામરત્વ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે એ સ્વીકારે છે.

બિંમ પિતામહે ઇચ્છાનુસાર મરવાનો નિયમ ક્યો હતો; અવન અપિએ વાર્ષિક ટાલ્યું છે, આવા અનેક દૃષ્ટાન્ત મળી આવે છે. વૃદ્ધાવસ્થા સ્વાભાવિક છે, મૃત્યુનો જ્ય નથી થઈ શકતો, એમ કહેવા માટે આપણી પાસે કોઈ જાતનો આધાર નથી.

૨

મનુષ્ય સ્વભાવનો નિયમ છે કે તેના અંતઃકરણ ઉપર જેવો સમ્યોચ તથા તાત્કાલિક પ્રભાવ પ્રત્યક્ષ દાખલાઓથી બેસે છે તેવો ધર્મશાસનથી કે નીતિનાં વચનથી કે પ્રમાણુયુક્ત પ્રકૃતિસ્થ નિયમોના સ્પષ્ટીકરણથી નથી બેસતો; જે અવસ્થામાં યુદ્ધ, તર્કવિતર્ક શક્તિ, હજી જાગૃત થયેલી કે કેળવાયેલી નથી હોતી તે અપકવ અવસ્થામાં આ નિયમ વધારે અબાધિત-પણે લાગુ પડે છે એ પણ સ્પષ્ટ છે.

વાચાથી કર્મ શ્રેષ્ઠ છે (Example is better than precept) એટલે જે પોતાના કંઈથી નહિ પણ કૃત્યોથી, જીવંતથી નહિ પણ જીવનથી મનુષ્યોને અસત્ય થું છે તે દેખાડે છે તેજ જન સમાજની અધિક સુશ્રુષા કરે છે. તેથીજ બ્યારે આપણને નીરોગી મોટી ઉમ્મરનાં માણસોના પ્રત્યક્ષ અનુભવ થાય ત્યારે આપણને પણ તેવા થવાની ઇચ્છા ઉત્પન્ન થાય છે.

સો વર્ષથી વધારે જીવી શકાય છે તે દેખાડવા અર્થે તથા તેટલી ઉમ્મર જીવવાની અભિલાષા તથા શ્રદ્ધા જાગૃત કરવા અર્થે નીચેનાં દૃષ્ટાન્તો ટાંક્યાં છે. આવી આશા પ્રત્યેક મનુષ્યે ધરતી જોઈએ તથા તેની સિદ્ધિ માટે યોગ્ય ઉપચાર કરવા જોઈએ.

આ માણસો જે આહાર વિહારના નિયમોના આશ્રય ને પાલન વડે સરીરને અક્ષળ મૃત્યુથી બચાવી મોટી વય સુધી ટકાવી શક્યા હતા તેનો અભ્યાસ માર્ગદર્શન-ઉપયોગી થઈ પડશે.

૧ વનરાજ ચાવડાનો દૃષ્ટાન્ત ૧૧૦ વર્ષની ઉમ્મરે થયો-હતો.

૨. અસોફની મરતી વખતે ઉમ્મર ૧૦૪ વર્ષની હતી.

૩. ઉમરેઠની એક માલજીની ઉમ્મર ૧૨૦ વર્ષની નોંધેલી છે.

૪. દેવગઢના માલી ગામમાં એક કેળી ૧૨૫ વર્ષનું દીર્ઘાયુષ્ય ભોગવી ગુજર્યા હતા.

૫. ઈંગ્લેન્ડના ચૉર્કલાયર પ્રગણામાં હેનરી જેન્કીન્સ (Henry Jenkins) ૧૬૯ વર્ષ સુધી સુખ પૂરેક જીવ્યો હતા. ૧૦૦ વર્ષથી ઉપરની વયમાં માણસોએ હેમને તરતની કસરત કરતાં જોયા હતા. હેમની હવાતીમાં કેટલાક વૃદ્ધ પુરુષો એમ કહેતા હતા કે અમે એમને અમારી બાલ્યાવસ્થામાં વૃદ્ધ જોએલા હતા. આ માણસનું મરણ ૧૬૭૦માં થયું હતું, ને ૧૫૧૭ માં ફ્રાન્સનીહતી લાક્ષમાં અગ્રેજ ધનુર્ધરે માટે એક ગાદું બાણનું ભરી લઈ ગયો હતો. જીવનના અન્ત સુધી એની બધી શક્તિઓ સતેજ હતી.

તે દોષેયાં યુધી હવામાં રહેતો હતો. તે આનંદી સ્વભાવનો ને મિતાદારી હતો અને ખાવા પીવામાં, સુવામાં તથા પોતાના દરેક કાર્યમાં બહુજ નિયમિત રહેતો.

૬. વીલીયમ મીડ (William Mead) એમ. ડી. એમજે ૧૪૮ વર્ષ પ્રાણ ત્યાગ કર્યો હતો. પોતાના સમયમાં તેઓ બહુ પ્રખ્યાત હતા. મિતાદારી તથા નિયમિત રહેવાનો દરેક દરદીને ઉપદેશ આપતા.

૭. મીસીસ મેરી કોથ ૧૩૩ વર્ષ મુધી હજ્યાં, મરણના એક પખવાડિયા પહેલાં મુધી પોતાની દરેક શક્તિનો ઉપયોગ કરી શકતાં; એ બાઈ અવિરમિન ઉદ્યોગ તથા મિતાહારી-મણા માટે જાણીતાં હતાં. એમની ત્રણ પુત્રીઓ હતી જેમાંથી સૌથી મોટીની ઉંમર ૧૧૨ વર્ષની, બીજીની ૧૧૦ વર્ષની, અને સૌથી નાનીની ઉંમર ૧૦૯ વર્ષની હતી ને સાત પ્રપૌત્રના પ્રપૌત્ર હતા !

૮. કાઉન્ટેસ ડેસ્મન્ડે (Countess of Desmond) ૧૪૮ વર્ષની એકાદશી તથા મહેનતુ જીંદગી વેળાની હતી. મરણના થોડા દિવસ પહેલાં મુધી આ વૃદ્ધ પતિવ્રતા વિધવા દરરોજ આર પાંચ માઈલ છેટે રહેવા બજારમાં જતી.

૯. મીસીસ મારગ્રેટ પેટન (Mrs. Margaret Patten) એક સ્કૉટિશ વનિતા હતી જેણે ૧૩૭ વર્ષની ઉંમરે પોતાનો પ્રાણત્યાગ કર્યો હતો. કામથી માણસ ધસાતો નથી (Hard work never kills) એ વાતનો પુરાવો એ બાઈની જીંદગી આપે છે. આ જાણતું હતુંવાય છે કે એના જેવી શાંત તથા સંતુષ્ટ બીજી સતી જગતમાં નહિ યષ્ટ હોય. આખી જીંદગીમાં આ બાઈ કદી બીમારીથી શય્યાવશ યષ્ટ ન હતી.

૧૦. પિટર ગાર્ડન (Peter Garden) એ એક સ્કૉટલેન્ડનો રહેવાસી હતો. એનો જન્મ ૧૬૬ માં થયો હતો ને મૃત્યુથી ૧૭૭૬ માં એના રાખને દાટવામાં આવ્યું હતું. આ માણસ મનોહર સ્વભાવનો તથા સંયમશીલ હતો.

૧૧ સ્ટીફન રમ્બોલ્ડ (Stephen Rumbold) શરીર ઑકસફર્ડ પ્રગણામાં ૧૫૦ વર્ષ રહી પચતત્વમાં બળ્યું હતું. આ માણસની સમાધિ ઉપર એના નામ આગળ “ આસાવાન ને સુદૃઢ ” (sanguine and strong) એવા શુભવાચક શબ્દોકોતરેલા છે.

૧૨ પ્રખ્યાત થોમસ પાર્ટ (Thomas Parr) ૧૫૨ વર્ષની ઉંમરે આર્લ્સ પહેલાના ઢુકમથી અવસાન સમયે વેરટમીનીસ્ટરમાં દાટવામાં આવ્યો હતો. એ ઉદ્યોગી તથા આનંદી સ્વભાવનો હતો. ખાવામાં બહુજ સાદાઈ રાખતો, એના વિષે એમ કહેવાય છે કે—

(Down with the lamb and with the lark he'd rise,

In mire and toiling sweat he spent the day.)

એટલે ઘેરાં ઉઘે ત્યારે ઉઘી જતો ને લાર્ક (બારહાજ) પક્ષી સાથે જાગતો, તથા દાઢવવાળા ખેતરોમાં પ્રસ્વેદ લાવનારી અંગ મહેનતમાં દિવસો નિર્ગમન કરતો. ૧૩૦ વર્ષની ઉંમરે આ માણસે બીજી વાર લગ્ન કર્યું. ને તે સ્ત્રી સાથે ૨૦ વર્ષ સુખ પૂર્વક ગુજાર્યો હતો.

એક વાર એના એક મિત્ર એમને ગ્રાલ્સ રાજ પાસે લઈ ગયા. પરિચય વધતાં રાજાના આશ્રિતથી એમને મહેલમાંજ રહેવું પડ્યું. જ્યાં એમના હમેશના સાદા ખોરાકને બદલે મિષ્ટાન્ન વગેરે મળતાં. આ પરિસ્થિતિમાં થોડા માસમાંજ એવું શરીર લેવાઈ ગયું ને વધારે ટકી શક્યું નહિ. પ્રસિદ્ધ ડૉક્ટર હાર્વી (રશિરાશિસરણના નિયમો જેણે પ્રથમ યુરોપમાં બહેર કીધા) તે આ વખતે રાજાના સહાય હતા. તેણે મી. પાર્ટના શરીરની મરજીવર તપાસ કરી હતી ને વિગતવાર રિપોર્ટ લખ્યો હતો. રિપોર્ટમાં એમ લખ્યું છે કે તેના અંતરના અવયવો એવા તો નીરોગી હતા કે જો એણે પોતાના ખોરાકમાં ને રથગમાં પરિવર્તન ન કર્યું હોત તો તે કદાચ હજી ધણા વર્ષ જીવત. ૧૪૪૮ માં એના જન્મ થયો હતો. એટલે રાજ્ય મિંદામન ઉપર દસ રાજાઓ (એડવર્ડ ૪ થો, ૫ મો, રીચર્ડ ૩ જો, હેન્રી ૮ મો, ૯ મો, એડવર્ડ ૬ ઠો, રાણી મેરી, ઇલીઝાબેથ, જેમ્સ ને

માર્ક્સ) બદલાતા નેવાનો એને પોતાના જીવનમાં અતુષ્ટ યોગ મળ્યો હતો. એનો દીકરો ૧૦૯ વર્ષ સુધી જીવ્યો હતો. પૌત્ર ૧૧૩ વર્ષ સુધી ને પ્રપૌત્ર રોબર્ટ પાર (Robert Parr) ૧૨૪ વર્ષ સુધી જીવ્યા હતા.

યોગસ પારતું જીવન એક વાર્તાતું સ્મરણ કરાવે છે જેમાં એક ઘણોજ વૃદ્ધ માણસ એક બીજા વૃદ્ધ માણસ સાથે વહે છે; તેના વડવાતું કારણ એ હતું કે પેતા માણસે તેના પિતામહને પત્થર માર્યો હતો!!!

૧૩ જોનાથન હાર્ટોપ (Jonathan Hartop) ૧૩૯ વર્ષનું આયુ ભોગવી શક્યા હતા. એમનો પ્રધાન ગુણ એ હતો કે એ સ્વાર્થ ઉપર બહુજ ચોક્કસ લક્ષ્ય દેતા ને બીજાની આવશ્યકતાઓ ઉપર બહુજ ધ્યાન દેતા; પ્રસન્ન તથા માયાળુ સ્વભાવ ધરાવતા ને કોઈપણ કારણવશાત પોતાને ચિંતાતુર થવા દેતા નહિ. દરેક વસ્તુમાં શુભ જોવાની એમની ટેવ હતી અને મિત્રમંડળમાં રહેતું બહુ પ્રિય હતું. એમને ૫ વાર પરણતું પડ્યું હતું. મરણના થોડા દિવસ પહેલાં કેટલાક પ્ર-પ્ર-પ્રૌત્રો સાથે નાતાલ ગુજરવા માટે નવ માઈલ પગે ચાલી ગયા હતા. તેમની દૃષ્ટિ તથા અન્ય શક્તિઓ સર્વોત્તમ રહી હતી.

એના જીવનનું સૂત્ર હમેશા આનંદમાં રહેતું એ હતું, ને મિતાહારી રહેવાની એક જ બાબતમાં સાવધાન રહેતા.

આવા વધારે દાખલાઓ ટાંટી શકાય છે પણ સુગ વાંચકોના ધ્યાનમાં આટલું તો અવશ્ય આવી ગયું હશે કે દીર્ઘાયુષી થવું શક્ય છે એટલુંજ નહિ પણ સ્વાભાવિક છે. આપણું આયુષ્ય આપણા હાથમાં છે.

માનુષ્યઃ શતજીવી ચ પુરાકૃદ્રેણ માપિતમ્ ।

વિકર્મેણ પ્રભાવેણ શિવં કાલે વિનશ્યતિ ॥

યુવાવસ્થા ટકવી અસંભવિત છે કે વૃદ્ધાવસ્થા ટકવી અશક્ય છે એવા ઉંઘા નિશ્ચયો જે થાણું જમાવી આપણા હૃદયમાં દીર્ઘ કાલથી બેઠા છે તે નિર્મૂળ કરી દીર્ઘાયુષ્યમાં અનરત્વ અમરત્વમાં શ્રદ્ધા રાખી તેને માટે પ્રયત્નશીલ થવું તે આપણો સ્વધર્મ છે.

જીવન કોને કુંકું લાગતું નથી? શીખવાતું ને જાણવાતું કેટલું બધું છે ને આયુષ્ય કેટલું કુંકું છે? કેટલી આશાઓમાં મનમાં પરણ્યા ને મનમાં રોડ્યા જેવું થાય છે.

માથે ઉપારીલાં કેટલાં કામો આપણને અધુરું સુકવાં પડે છે? જ્યારે જગતનો દાંધ અતુષ્ટ મેળવી સુખપૂર્વક પરમાર્થ સાથે આપણે જીવન ગુજરવા સમર્થ થઈએ છીએ ત્યારે આપણને ઇચ્છા વિરુદ્ધ જગતને મૂડી દેવું પડે છે.

આપણા ઉપર આશ્રિત જનોને કેટલી વાર કુંખી સુકી પરસોટ સીધાવું પડે છે; એ કેટલું હૃદયભેદક છે? વધારે જીવતું આપણા હાથમાં હોવા છતાં શા માટે આપણે જીવનનો અદ્ય અન્ત આણુનો નોંધએ?

માતાઓ પોતાનાં બાળકો આગળ આવાં દેખાંતો મુકશે, હૃદયના હૃદયમાં દીર્ઘાયુષી નારોગ રહેતું સંભવિત છે એવી શ્રદ્ધા નિયત કરશે, તો તેથી જે લાભ થવા સંભવ છે તે બીજા કોઈપણ ઉપાયથી નહિ થઈ શકે.

બધા આરોગ્યના અનરોગમરત્વના સુલભ નિયમોને જાણી દીર્ઘ ઉપહારી તથા સુખી જીવનના ભોક્તા થાઓ. અસ્તુ ।

લી. મદનચંદ્ર. ૨૪૩૧, મેક્લિયડ રોડ, કાંગ્રી.

નવસારીમાં આરોગ્ય સંબંધિ પ્રદર્શન.

લખનાર: H. M. V.

વડોદરા રાજ્યના શ્રીમંત મહારાજ સાહેબે પોતાના રાજ્યની પ્રજાના આરોગ્યની વૃદ્ધિ અર્થે ખાસ આરોગ્ય ખાતું સ્થાપ્યું છે. અને તે ખાતાના કમીશનર ડૉ. સુભંત મહેતા તરફથી શ્રીમંતનો, જનસુખાકારીનો વધારો થવાનો ઉચ્ચહેતુ કૃણાનુત યાચ તેવા યોગ્ય માર્ગ લેવામાં આવતા જોઈને તે સંબંધિ બે શબ્દો લખવાનું ઘટું ધાર્યું.

વડોદરા સેનીટરી ખાતા તરફથી, ડૉ. સુભંતની આજેવાની અને વ્યવસ્થા સાથે, નવ-સારીમાં લક્ષમણ હોલમાં તા. ૧૩ જુન ૧૯૧૭ ને દિને આરોગ્યતા મંબંધિ પ્રદર્શન ભરવામાં આવ્યું હતું, જે પ્રદર્શન સર્વે લોકોને જોવા માટે મફત છુટું રાખવામાં આવ્યું હતું. સદરહુ પ્રદર્શન બે દિવસ સુધી મને જાતે જોવાનો તથા ડૉ. સુભંતનાં ભાષણો સાંભળવાનો પ્રમંગ મળ્યો હતો. માફ ધારવું છે કે જે આવી રીતના ખરા માર્ગ અને ઉચ્ચ લક્ષ્યમિદ્યથી કામ કરવાનાં આજી રાખવામાં આવે તો, જનસુખાકારીની સત્વર વૃદ્ધિ થયા વિના રહે નહિ. “ ઉપાય કરતાં અટકાવ ઉત્તમ છે, ” એ સત્ય અને જરૂરી સજ્ઞાનુસાર આવા પ્રકારના પ્રયાસની ખરેખર ધણી ભારે આવશ્યકતા રહેલી છે. રોગનો ફેલાવો થઈ, પ્રજાની ભારે મોટી સંખ્યા રોગી થઈ પડે તે પછી તેને માછ કરવાને દવાખાનાં સ્થાપીને દવાઓ આપ્યા કરવાની શોધવણ કરવામાં આવે; અને દવાખાનાં અથવા હૉસ્પિટાલના ડાક્ટર સાહેબોના હાથ તળે જેમ દરદીઓની મોટી સંખ્યા આવે; અને તે મોટી સંખ્યા દવા-દારોના આશરે લઈ, તેમાંજ પોતાના કાર્યની સાચકતા થઈ હોય એવું સમજવામાં આવે, તેના કરતાં જનસમાજને આરોગ્ય સંરક્ષણનું શિક્ષણ તથા બની શકતું સાધન તથા સગવડ પુરાં પાડવામાં આવે અને પુરતી સાવચેતી તથા પુરતી સંભાળથી આરોગ્યશિક્ષણના જાહેર જનસમાજના હિતને કાયદાના બંધારણથી સંભાળવામાં આવે, એ વધુ ઉત્તમ થઈ પડે. જોકે કેટલીકવાર રોગી બનવાનો સંભવ ઘણાં કારણોને લઈને હોય છે. અને કેટલીકવાર રોગ થયા પછી તેને મટાડવાની જરૂરીયાત હોય છે; અને તે અર્થે દવાખાનાં અને હૉસ્પિટાલોની જરૂર છે. પરંતુ હાલમાં દવાનો ચતો દુર્યયોગ અને આરોગ્યને લગતા કાયદા કાનુનો તરફતું દૃઢકષ તથા તેનાં પાલનમાં જણાતી બેદરકારી અને સુસ્તી તથા ઉપાય કરતાં અટકાવનું ચડીઆતાપણું સ્વીકારવામાં પછાતપણું વધુ પ્રમાણમાં છે. માટે હાલમાં આરોગ્યશાસ્ત્રને લગતા સાદા, સુતરા, સસ્તા, બની શકતા પ્રમાણમાં અમલમાં મુકી ઘડાય એવા જ્ઞાનની રોશનીની ધણી જરૂર છે. જોકે કેટલીકવાર આર્થિક ગરીબાઈ તથા કંગાલીયતપણું આરોગ્યસંરક્ષણમાં અટકાવરૂપ થઈ પડતું જણાય છે. તથા ધણીવાર પ્રાથમિક શિક્ષણ મેળવ્યા વિનાની અજ્ઞાણ ધણી મોટી સંખ્યા સાથે આરોગ્યસંરક્ષણના નિયમો અનુકૂળ થઈ પડતા નથી. તેજ પ્રમાણે એ કાર્ગમાં કાયદાનું બંધન પસાર કરતાં પણ ધણી સંભાળ રાખવાની છે. દાખલા તરીકે રીતજાની રસીનો ફરજિયાત કાયદો હોય તો તે રસીના કાયદા ગણાવવામાં આવે છે, તેમ બીજા તરફથી સંખ્યાબધ અમર્થ વિદ્વાનો તરફથી નુકસાન જણાવવામાં આવે છે.

પ્રદર્શનને અંગે આરોગ્યસંરક્ષણને લગતી લગભગ ધણી ખરી મુખ્ય બાજોને લગતી

માહિતી દાખલા દલીલથી હુકમમાં પદ્ધતિસર દર્શાવનારા નકશાઓથી હોલની દીવાલ ઢંકાઈ ગઈ હતી; અને તે સાથે મનુષ્યના શરીરની રચના તથા જુદાજુદા અવયવોને દર્શાવનારા ઇન્દ્રિય વિજ્ઞાનને લગતાં સુંદર રંગીન ચિત્રોના નકશાઓ ટાંગવામાં આવ્યા હતા. જુદા જુદા પ્રકારના હેતુ તથા વપરાશને લગતાં મુદ્દાઓના નાના આબેહુલ નમુના ગોઠવવામાં આવ્યા હતા. એટલે તે દેખાવ એક આરોગ્યસંરક્ષણશાસ્ત્રને લગતું શિક્ષણ આપનારી શાળા કે પાઠશાળા જેવો ખરેખર થઈ પડ્યો હતો. ડૉક્ટર સુમંત જ્યારે પોતાના હાથમાં નકશો ખતાવવાને, લાંબી અણીઆળી લાકડી (Pointer) લઈને પોતાનો વિષય સમજાવતા હતા; ત્યારે મને ડૉક્ટરનો ખરો અર્થ અને મૂળ યાદ આવ્યું કે (Doceo, I teach) યાને ડૉક્ટર જે નહીં પેટ, જીભ વગેરે તપાસીને દવાનો નુસખો લખી આપે યાને ખાટી, મીઠી, કડવી દવાઓ આપે તેનેજ દહેવામાં આવે છે; તેમ ડૉક્ટરનો ખરો હેતુ તે ઉપરાંત કાંઈ વધુ હોવો જોઈએ અને તે પ્રજ્ઞના તમામ વર્ગને તદુરસ્તી જાગવવાને લગતું શિક્ષણ આપવાનું છે.

આવો દેખાવ, યાને એક ડૉક્ટરને પ્રજ્ઞના સમુદયમાંના નાનાં મોટાં, ગરીબ તવંગર, અબણુ-ભણેલાં વગેરે મનુષ્યોની એક સંખ્યા આગળ તદુરસ્તી જાગવવાને લગતા નિયમો તથા ખાખેદોને લગતું વિવેચન કરતા નજરોનજર જોવાનો પ્રસંગ મને પહેલોજ આવ્યો હતો. કેટલાક વખતથી આવી રીતે ડૉક્ટરો તરફથી પ્રયામ કરવામાં આવે તો જનસમાજને ઘણું ફાયદો થાય એવું હું ધારતો હતો. પરંતુ પોતાની ખરી અને ખવિત દરજ્જા પ્રજ્ઞના જગ્યામાં આરોગ્યસંરક્ષણને લગતું જ્ઞાન ફેલાવવાની છે; અને તે પ્રજ્ઞની નાની કે મોટી સંખ્યામાં છુટથી બેળાઈને, પોતે પણ પ્રજ્ઞજનમના એક છે એવું સમજી અયોગ્ય રિતનો ગર્વ-ટેક અને અભિમાન રહિત બનીને, અખંડ ઉત્સાહ ઉલટ ધરાવે જરૂરી છે; એવું સમજીને ન્યાં સુધી બહાર પડે નહિ ત્યાં સુધી કાંઈપણ થઈ શકે નહિ. ડૉ. સુમંત તરફથી જે પહેલ કાઢવામાં આવી છે, તે વિરોધીઓની ટીકા અથવા તાત્કાલિક સારાં પરિણામની અપેક્ષા કે નિરૂપાહથી બંધ પડતી જોઈએ નહિ. કારણ ડૉક્ટરનું સૌથી પહેલું મુખ્ય કારણ અને ખર્ચ કર્તવ્ય તો એજ છે કે પ્રજ્ઞમાં આરોગ્યનું શિક્ષણ પ્રમાણવું. પ્રદર્શન યુદ્ધ મુકવામાં આવ્યું તે દિવસે તથા તેના બીજે દિવસે કદત ડૉ. સુમંત સિવાય, બીજા કોઈપણ ડૉક્ટરની હાજરી પ્રદર્શનમાં નહિ જણાતાં, ઘણાને અજ્ઞયખી લાગી હતી.

ડૉ. સુમંત તરફથી આરોગ્યસંરક્ષણ ખાખત ઘણી સાદી બ્યવહાર સલાહ સૂચના આપવામાં આવી હતી. શારીરિક ઉન્નતિ બીજા પ્રકારની ઉન્નતિ સાથે જરૂરી છે. તેમાં કયા પ્રકારની ઉન્નતિને પ્રથમ સ્થાન ધટે છે, તે વિષે ડૉ. તરફથી દહેવામાં આવ્યું કે સૌ કોઈ પોતપોતાની દ્રષ્ટિ અને વિચાર આચારને લઈને તે બાબે મત ધરાવે છે. પરંતુ બધા પ્રકારની એટલે શારીરિક, માનસિક, આત્મિક, આર્થિક ઉન્નતિ માટેના પ્રયાસ એકત્રપણે થવો જરૂરી છે. તેમાં શારીરિક ઉન્નતિ, એટલે આરોગ્યસંરક્ષણને બૂલી જવું જોઈએ નહિ. સૌ કોઈ પોતપોતાની દ્રષ્ટિથી જોવાને પ્રેરાય છે, તે સંબંધી એક રમુજ દાખલો એ વિદ્વાન ડૉક્ટરે આપતાં જણાવ્યું કે, એક વખત વડોદરા રાજ્યના ત્રણ અમલદારો વચ્ચે કયા પ્રકારની ઉન્નતિને પ્રથમ સ્થાન મળવું જોઈએ તે વિષે વાદવિવાદ થતાં, એક જણે જણાવ્યું કે પ્રથમ શારીરિક બળ જરૂરી છે; બીજાએ પોતાનો વિચાર દર્શાવે કે આર્થિક બળ એટલે પૈસાની રિયત સારી હોવી જોઈએ; ત્રીજાએ પોતાનો અભિપ્રાય આત્મિક ઉન્નતિ જરૂરી હોવાનો આપ્યો. દુવે આમાં પ્રથમ શારીરિક બળને અગત્ય આપનારા ગૃહસ્થ મરાહા હતા.

આર્થિક બળને અગત્ય આપનારા વણીક ગૃહસ્થ હતા. અને આત્મિક ઉન્નતિની ખીલ વણી જરૂરી ગણનારા બ્રાહ્મણ ગૃહસ્થ હતા, અને તે બ્રાહ્મણ ગૃહસ્થ ખીલ કોઈન નહિ પણ ડૉ. સુભંત પોતેજ હતા. પરંતુ છેવટ ડૉ. સુભંતે પોતાનો અભિપ્રાય આપતા જણાવ્યું હતું કે, હરેક પ્રકારની જુદી જુદી જાતની ઉન્નતિનો પ્રયાસ એકત્રપણે જરી રાખવો જરૂરી છે.

જુદા જુદા દેશોની પ્રજામાં થતા મળણની સંખ્યાનો સુકા પત્રો, તથા ઉમ્મરની સંખ્યાનો સુકા પત્રો કરેલા આકાશ દર્શાવીને ખાત્રી કરી આપી હતી કે તે બધા દેશો કરતા, હિન્દુસ્થાનમાં મરણનું પ્રમાણ ઘણું વધુ આવે છે. અને ઉમ્મર ઘણી ટુકડી એટલે આયુષ્ય મર્યાદાનું મરેરાસ પ્રમાણ ઘણું ટુકડું આવે છે.

હવા સંબંધી ઘણું ક્ષીમતી વિવેચન કર્યું હતું અહીંના દરદીઓને ખુદની બહારની તાજી હવાથી માન કરવામાં ઘણી ક્ષીમતી મદદ મનરાતુ જણાવ્યું હતું અને ઘણાખરા મકાનોમાં ફક્ત એકજ દાખલ થવાનું બારણું તેઓએ જોયું છે, જેથી બહારની ખુદી તાજી હવા જાવ આવ થવામાં ઘણો અટકાવ થઈ પડે છે અને તેથી ઘણા રોગને ઉત્તેજન મળે છે એમ સાબીત કર્યું હતું.

પાણી સંબંધી કંચ પાણી વધારે સારું તેવું ચઢ ઉતર વર્ણન કર્યું હતું પાણી જેમ બને તેમ સ્વચ્છ લેવું અને તે ગાળીને વાપરવું જેઓ મોઢી ક્ષીમતીને ફિલ્ટર્ડ વૉટર એટલે ચત્રમાં ઉત્તમ રીતે ગાળેલું પાણી વાપરી નહિ શકે તેમને માટે સૈથી સારું અને ઉત્તમ માર્ગ પાણી સારી રીતે ઉકાળીને ગાળી કાઢી થોડા કલાક રહેના દઈ પછી વાપરવું સારું છે, એમ જણાવી શીટરો યાને પાણી સ્વચ્છ કરનારા સાધનો સંબંધી વિવેચન કર્યું હતું.

કસરતની જરૂરીયાત હોવાનું તથા તે માટે કસરતશાળા, રમતગમત કે કુસ્તીના અખાડા, ખેલનાની આવશ્યકતા ઉપર ડૉક્ટરે સારું વિવેચન કર્યું હતું.

ખોરાક વિશે પોતાનો અભિપ્રાય દર્શાવતા કંચ હતું કે, એ સત્વાય ઘણો મહત્વનો છે. અને શારીરિક મહેનત મજૂરી વધુ કરનારા તથા માનસિક મહેનત કરનારા મનુષ્યો વચ્ચે ખોરાકની જાત તથા પ્રમાણનો ભેદ મહેવો જરૂરી છે દાખલા તરીકે કઠોળ એટલે જુદી જુદી જાતની દાળ, શારીરિક મજૂરી મહેનત કરનાર વર્ગને માફક આવે છે, જ્યારે ઘણે ભાગે માનસિક મહેનત આપો વખત કરનારાને તે ખોરાક અનુકૂળ થઈ પડતો નથી.

સ્વચ્છતા સંબંધી ઉત્તમ બોધ આપતા વિદ્વાન ડૉક્ટરે સ્વચ્છતાના નિયમો સાથે ધાર્મિક ફરમાન અને બધારણનો સંબંધ દર્શાવીને, નહાવાની બાબતમાં લક્ષ્ય ખેંચ્યું હતું કે દિવસમાં એક વાર નહાવાનું ધાર્મિક ફરમાન કે ફરજ અદા કરનારે માત્ર થોડા લોકો પાણી શરીર ઉપર ટોળી દઈને ઉઠવાથી નહાવાનો જે ખરો હેતુ છે તે ઘણી વાર જાણતા નથી. તેજ પ્રમાણે રોમોઝો બ્રાહ્મણ રોમઝ બનાવતી વખતે હીર યાને રેશમનું અમોગીયુ અથવા શણિયુ લુહુ પહેરે એટલે બમ થયુ સમજવાનું નથી પણ તે દરેજનું ધોધને સ્વચ્છ મેન વિનાનું રાખવું જરૂરી છે. ઘરનો કચરો પુખ્તે કાઢીને તે ગ્લામાં કે આગાખામાં કે પાટોશીના બારણા તરફ કે બજેર જગામાં તુરત નાખી નહિ આવના, ઘરમાં એક પત્ની સરતો દાખડો ગળી તેમાં કચરો પુખ્તે એકઠો કરીને મ્યુનીસિપાલિટીના કચરાનાં ગાડા અથવા તે માટે ચોક્કસ જગાએ મુકેલી કચરો નાખવાની પેટીઓમાં, તે ઘરમાના દાખડામાં એકઠો થયેલો પુખ્તો કાવવો, એ ઘણું જરૂરી હોવાનું જણાવ્યું હતું બજેર રસ્તા ઉપર તથા મોહ-

દક્ષા શેરીમાં નાનાં છોકરાઓ ઝાડે ફરવા બેસે છે; જેથી ધણી ગંદકી થઇ હવા ખગડી રોંગ પેદા થાય છે, તેનો અટકાવ કરવાને કાયદાનો આશરો લઇને સુધારવાની જરૂર આવેજી ઉભી થઇ છે એમ નથી; પણ અસહ્ય મનુ મહારાજના વખતમાં પણ હતી. અને મનુના કાયદામાં પણ એ પ્રમાણે બહાર સરિયામ રસ્તા ઉપર ઝાડે ફરવા બેસનારાં છોકરાંઓનાં માથાપ પાસેજ તે ગંદકી સાફ કરાવવાનું ધોરણ હતું. એમ દર્શાવીને ડૉક્ટરે જણાવ્યું કે હાલના વખતમાં એવો અસહ્યો કાયદો અમલમાં મુકવા જેવો થઈ પડે નહિ; પરંતુ બાળીનેમને બેદરકારી વાપરી ગંદકી કરનારાને જ્યારે કાયદા મારફતે સજા કે દંડ કરવામાં આવે છે, ત્યારે તે સજાને ધણી બારે પડતી ગણવામાં આવે છે. આપણને એક ખીજાઓના સમુદાયમાં વસવાનો પ્રસંગ હોવાથી, જે આપણે પોતે આપણા ધરમાં ગમે એવી સ્વચ્છતા જાળવીએ, પણ જે આપણો પાડોસી કે કુળીયામાંનો રહીશ તે જાળવે નહિ તો તેનું છુદ્ડું પરિણામ આપણને પણ સોસવું પડે. તેથી આપણે પોતે સ્વચ્છતાના નિયમો જાળવીએ અને આપણા પાડોસીઓ તથા ખીજા લોક પણ જાળવે તેમ થવું જોઈએ.

કોલેરા વગેરે એવી રોગ સ્વચ્છ પાણી તથા ખીજી રીતના સ્વચ્છતાને લગતા નિયમોની જાળવણીથી અટકે છે. મેલેરીયા તાવમાં કવીનાઈન જરૂરી હોવાનું તથા તે અટકાવવાને મેલેરીયાના મચ્છરોના કંબળી બચવાને પલંગ ઉપર મચ્છરદાનીથી રક્ષણ મેળવવાનું ધણું કાયદાકારક હોવાનું જણાવ્યું હતું. મચ્છરદાનીનો ખર્ચ-કેટલાકને બારે લાગશે, પણ દર વર્ષે મેલેરીયા તાવની માંદગી પાછળ થતો ખર્ચ અને માંદ પડવાથી ધધા રોજગારમાં થતું નુકસાન ધ્યાનમાં લેવામાં આવે તો, મચ્છરદાનીનો ખર્ચ બારે જણાશે નહિ; એવું વિદ્વાન ડૉક્ટરે ધણું અચ્છી રીતે સમજાવ્યું હતું.

મોરી પરના ગંદા પાણીના નિકાલને સારું નજી સીદ્ધા રાખીને તેનું મોંદું ખાજકુઈની માંહે રહે છે; જેથી ખાજકુઈની ઝેરી હવા (ગેસ) નજીની અંદરથી ઉપર ચઢીને રહેવાની જગામાં આવે છે. જેથી ધણી પ્રકારની બપંદર ખીમારી ઉપજે છે. તે અટકાવવાને નજીને એક તરફ વાંક “જ” અક્ષરની માફક આપવામાં આવ્યો હોય તો; તે વાંકમાં પાણી બરાએકું રહે, ને વધારાનું પાણી ઉભરાઇને ઉતરી જાય, અને ઝેરી ગેસ નજીવાટે ઉપર ચઢતાં નજીના વાંકમાં રહેલા પાણીથી અટકી જાય, તેની જાણવાયોગ્ય માહિતી આપી હતી.

ડૉ. સુમંત એવો અભિપ્રાય ધરાવે છે કે પ્રજાજનમાં આરોગ્યસંરક્ષણનું ખર્ચ ઝાન ફેલાવવાને, ખુદ ડૉક્ટરે પોતે જાતે, જે લોક જાહેર હોલમાં નહિ આવે તો, લોકની નજી, તેઓના મોહકતાઓમાં જઈને ભાષણો નકશાઓ તથા ચોપડી ચોપાનિયાં કે હેન્ડબીક્ષીથી પોતાનું કાર્ય જનવચું જોઈએ.

દારૂથી ગેરકાયદા થતા હોવાનું જણાવીને તેથી દૂર રહેવાની સલાહ આપી હતી. તથા વ્યારા સોનગડ તરફના દાલીપરજ ખેડુત લોક દારૂથી નુકસાન પામતા તથા કુળાલીયત હાલતમાં આવતાં હોવાનું જણાવીને પોતે નજરે જોયેલા એક દાખલો આપ્યો હતો, કે થોડાં લોકને એકલા થઇ સારાં લૂગડાં પહેરીને જતા જોઈને પુછતાં માલુમ પડ્યું કે, તે લોક એક છોકરાને માટે વડુ જોવા જાય છે. જે ત્યાં ગયા પછી વડુ પસંદ આવશે તો તેઓ દસ પંદર રૂપિયાનો દાડ લઈને પી જશે. અને કદાચ નહિ પસંદ આવશે, તોપણ પાંચે રૂપી-

યાનો દારૂ પીશે. અને પત્રી કેદમાં ખૂબ ચક્રચુર થઇ લયડીયાં ખાતાં ઘેર આવશે. તાત્પર્ય કે દારૂ ખાઇજી થણા લોક પાપમાલ થઇને તંદુરસ્તી શુભાવે છે.

એ સિવાય એ વિદ્વાન ડાક્ટરે આરોગ્યને લગતી બીજી ઘણી સારી માહિતી આપવાની તારીફ લાવક તજનીજ કરી હતી. હું ધાડું છું કે ડૉ. મુર્મંતની માફક બીજા વિદ્વાનો જાહેર બાપણો મારફતે, ચોપડી, ચોપાનિયાં તથા સસ્તા સાહિત્ય મારફતે, તથા આવી રીતનાં પ્રદર્શન મારફતે તથા કસરતશાળાઓ અને આરોગ્યમંડળો ખોલીને, જાહેર પ્રગ્નમાં જ્ઞાન ફેલાવશે તો હાલમાં આપણા દેશમાં ઘર કરી રહેલા ચોપી પ્રાણધાતક રોગ મરુટી, શીળી, કોલેરા વગેરેનો અટકાવ થશે; અને પ્રગ્ન શારીરિક બળમાં ઉત્તમ બનીને, પોતાનો યોગ્ય દરજ્જો હુન્યાની પ્રગ્નઓ વચ્ચે મેળવશે.

બાળ શિક્ષણ.

(લેખક તંત્રી.)

જે કે આ માસિકના તંત્રીની ઉમ્મગ અત્યારે ચોસઠ વર્ષની છે છતાં તેમણે બાલ્યાવસ્થામાં શાળામાં વિદ્યાભ્યાસ કરેલો તે સમયના બનાવો અત્યારે પણ દ્રષ્ટિ સમીપ સીનેમેટોગ્રાફ માફક જમી રહ્યા છે. શાળામાં વિદ્યાભ્યાસ કરતી વખતે શિક્ષકો અને ભારતીય વિદ્યાર્થીઓ સાથે કેવી રીતે વર્તે છે, અથવા તેમને માટે વિદ્યાર્થીઓના કેવા વિચારો હોય છે તે બાબત તંત્રીને થયેલો અનુભવ આ રથજો લખવાનું યોગ્ય ધાર્યું છે. તે વખતની શિક્ષણ પદ્ધતિમાં અને અત્યારની પદ્ધતિમાં કેટલાક અંશે ફેરફાર થયો છે તેમણે હજી સુધી પણ તેમાં અનેક ફેરફારો દ્રષ્ટિગોચર થાય છે.

મારી છ સાત વરસની ઉંમર થયાં મારાં માતાપિતાએ મને ગામડી શાળામાં દાખલ કર્યો હતો. અમારા મહેતાજી બ્રાહ્મણ જાતના હતા. નિશાળ પણ તેમના પેતાના મકાનમાં જ હતી. બધા નિશાળીઓ પૃથ્વી માતાના ઉપર બેસી બેસતા. અમારા મહેતાજી પણ પૃથ્વી ઉપર બેસી બેસાવતા. તેઓ કાંઈ ખુરશી ટેબલ સુધી બેસાવવા બેસતા નહિ. અમારા કરતાં તેમને બેસવાનું આસન એક ઝોટલા પર હતું હતું. વિદ્યાર્થીઓને મહેતાજી આંક, કઠેડા, બારાખડી, નામુ, કાગળ, ખત વગેરે કેવી રીતે લખાય તે શીખવતા તથા હીસાબ ગણવાની ધાતો, સાતે વારનાં નામ છતાંકિ મુખપાઠ કરાવતા. આ બધું આવડતું એટલે તેમને શીખવવાનો અભ્યાસ પૂરો થતો. વાર પરવણીએ મહેતાજી માટે દાણા અને અમાસ તેમને શીખવવાનો અભ્યાસ પૂરો થતો. વાર પરવણીએ મહેતાજી માટે દાણા અને અમાસ પૂનમે પૈસો પૈસો રોકડો શી તરિકે લઈ જતા. સો સુધી આંક બેસાવવાની આટલી રકમ, કઠેડા બારાખડીની અમુક રકમ, તે પછી આંક બેસાવવાની અને છેવટ કાગળ, નામુ, ખત હુંડી લખતાં આવડવાની અમુક રકમ મહેતાજીને આપતી પડતી અને તે રકમ તેમની મહેનતના પ્રમાણમાં અત્યંત ઓછી હતી. ન બેસવાના વિદ્યાર્થીને શારીરિક શિક્ષા સોડીથી કરતા અગર કેંડામાંથી વાંકા વાળી પગના અંગુઠા હાથ વતી પકડાવતા અને જરૂર ઉપર બેસવાની પાટીઓ સુકતા. નિશાળમાં ન બેસવા આવનાર છોકરાને નિશાળમાં લઈ આવવા માટે ચાર પાંચ છોકરાને સાથે લઈ જઈ હાથમાં સોડી લઈ મહેતાજી જાતે જતા અને તેને

ચાર છોકરા પાસે દીગારોળા કરી નિશાળમાં લઈ આવતા ત્યાં તેને શારીરિક શિક્ષા સોંપીથી કરતા અથવા એક ચોરડીમાં પુરી રાખતા કે સર્વ છોકરાને બપોરે જમવા જવો માટે છુટી મળતી તે વખતે તેને જમવા ન જવા દેતા પણ નિશાળમાં બેસારી મુકતા. ગામડી શાળામાં આંક, કક્કો, નામુ, હુંડી, કામળ, ખત, વગેરે લખવાનું તે લાઠકાની પાટી ઉપર ખડી ચોપડી તેને સુધવી તે ઉપર બારીક રેત નાખી નદીમાં છીનીની મોટીથો થાય છે તેની લેખણ બનાવી તેનાથી લખતા. અમાસ પુનમે જે લણી ગયા હોય એ તે બધું મહેતાજીને પાટી ઉપર વિગત લખી બતાવતા અને તેઓ તપાસી જૂલ સુધારતા. લગ્ન પ્રસંગે નિશાળમાં અભ્યાસ કરતા સઘળા છોકરાને સાથે તેડી મહેતાજી જાનવાળા પાસે લઈ જતા ત્યાં છોકરાઓ પાસે નીચે પ્રમાણે બોલાવતા. “ છુટી છુટી છોક દો, રૂપैया ઉઝાળ દો, મહેતાકું રૂપैया દો, છોકરેકું છુટી દો. ” પછી વરરાજ તરફથી મહેતાજીને દક્ષણ મળે કે બધા પાછા જરતા, મહેતાજી પોતાને મકાને જતા અને છોકરાઓને તે દિવસે રજા આવતા. ઉપર પ્રમાણે ગામડી શાળામાં ભણાવવાનો ક્રમ હતો. જોકે મહેતાજી છોકરાઓને શારીરિક શિક્ષા કરતા છતાં પણ છોકરાઓ મહેતાજીને પિતા તુલ્ય માનતા અને તેમના પત્નીને માતા તુલ્ય માનતા, તેઓ તેમનું ખાનગી કામ પણ કરતા અને છોકરા ઉપર તેમનો સંપૂર્ણ પ્રેમ હમેશાં જોવામા આવતો. કારણકે છોકરાઓ તેમને શ્રદ્ધા પૂર્વક વિદ્યાગુરુ માનતા અને તેમની દરેક આજ્ઞાનું પાલન કરતા.

ગામડી શાળાનો અભ્યાસક્રમ પૂરો થયા પછી મને સરકારી શુજરાતી શાળામાં દાખલ કર્યો હતો. તે વખતે મારી ઉંમર આઠ નવ વરસની હશે. તે વખતે શાળાનો વખત સવારના સાતથી અગિયાર અને સાંજના એકથી પાંચ સુધીનો હશે એમ મને લાગે છે. શાળામાં શિક્ષકોની શિક્ષણ આપવાની પદ્ધતિ તે વખતની વિચિત્ર હતી. વર્ગના છોકરાઓ પાઠ તૈયાર કર્યો ન હોય, હીસાબ ખોટા પડે કે છોકરાને સોટીઓનો માર તેના શરીરપર મોજ પડે ત્યાં સુધી પડતો હતો.

શિક્ષક ને માસ્તરો ખુલ્લી રીતે શીખવતાં શીખવતાં ખુરશી કે સ્ટુલ પર બેઠા બેઠા બીડીઓ કુકતા હતા. ગેરહાજરીના કારણે માટે કે પાઠ તૈયાર ન કરવા માટે છોકરાને બેન્ચ ઉપર ડબા કરતા હતા તેમજ ગાલ પૂર લપકાકોનો માર પણ કેટલીક વખત પડતો હતો. હું મારા અનુભવની વાત કરું છું કે અને નિશાળનો ઘંટ વાગતાં વર્ગમાં બેસતા અને શિક્ષક બ્યારે વર્ગમાં આવતા ત્યારે અમને તેમની મૂર્તિ વિકાળ અને બયાનક તેમની કુરતાથી લાગતી હતી. આવા ત્રાસથી કેટલાક છોકરાઓ ઘેરથી શાળામાં જવાનું નામ દઈ ગામમાં કે ગામ બહાર ગમે ત્યા સંતાઈ રહેતા. ગેરહાજર છોકરાને ત્યાં શાળાના માસ્તર બીજા છોકરાને બોલવવા મોકલતા હતા. ને તેને ઘેરથી ખમર મળે કે છોકરો શાળામાં ગયો છે તો પછી ચાર પાંચ છોકરાને ગામમાં તેને શોધી દાદી પકડી લાવવા દેહેતા. આમ પકડાઈ આવેલા છોકરાને સારી પેટે માર પડે તો એટલુંજ નહિ પણ તેને બપોરે જમવા જવાની રજા પણ મળતી નહિ. શુજરાતી શાળાઓમાં આ પ્રમાણે ચાલતું એટલુંજ નહિ પરંતુ અગ્રેજી શાળામાં પણ મને આ અનુભવ થયેલો છે. મારી ચૌદ વર્ષની ઉંમરે બ્યારે હું અમદાવાદમાં મીથનરી અગ્રેજી શાળામાં ચોથા ધોરણનો અભ્યાસ કરતો હતો તે વખતે અમારી શાળાના સુપરીન્ટેન્ડેન્ટ વિલીયમ મેકમારડી

અને બીજા વેલ્સ સાહેબ હતા. આ બંને બહુ નમ્ર સ્વભાવના, દયાળુ અને મીઠાન-
માર હતા. છોકરાઓ તરફ તેમનો પૂર્વ પ્રેમ હતા. તેઓ પાસાફરતી ફરેજ એક
કલાક અમને શીખવવા આવતા. તેમના શિક્ષણનો સમય અમને આનંદમય લાગતો. પાકે
શીખવતાં પણ કેટલીક સમજ પાડતા અને છોકરાઓને ખુશી કરતા. આ શાળામાં કેટલાક
માસ્તરો સારા નમ્ર સ્વભાવના હતા. પરંતુ એક હાફકાસ્ટ કોપી માસ્તર હતા તે કોપી
સખાવવાનું કામ કરતો તે ગુન્દાતી ભાષા બરાબર સમજતો નહિ. કોપી કાઢનાં સારા
અસર ન આપે તેને હાથનો પોંચો ઉપો રખાવી આંગળીઓપર આંકણીઓ મારતો; તેને
વર્ણુ દલા છતાં માનતો નહિ. અમારા સુપરીન્ટેન્ડન્ટ સાહેબ સ્કુલમાં નહોતા તેવા વખતમાં
તેણે પાંચમા ધોરણના એક છોકરાને કોપીના સારા અસર ન નીકળવાથી પોતાનો પડો
ઉપો ધરવા ફરમાવ્યું ત્યારે છોકરાએ તેમ કરવા ના પાડી ને કહ્યું કે મારી આંગળીઓ
ભાગી જાય તો શું કરવું ? તેણે ન માન્યાથી તકરાર થઈ બધા કલાસના છોકરા કોપી
માસ્તરથી કંટાળ્યા હતા તેથી બધાએ તેના સામે ઘોંઘાટ કરવા માંડ્યો. કેટલાકે ગાળો પણ આપી
પરંતુ તે ગાળોમાં સમજતોજ નહોતો. “ક્યા કહેતા હે, ક્યા કહેવા હે” એમ પુછતો. છોકરાઓ
કહે તારી માતુ નાતર. સાંજે બધા છોકરા ઘેર ગયા. બીજા દિવસે નિશાળનો વખત સર થતાં
પ્રાર્થના થયા પછી કોપી માસ્તરે મેકમારડી સાહેબ આગળ ફરીયાદ કરી કે છોકરાઓએ મારું
અપમાન કરી મને ગાળો દીધી. છોકરા કહેવા લાગ્યા કે સી ગાળો દીધી તે પુએ. તે કહે કે હું
ગુન્દરાતી ભાષા સમજતો નથી. છોકરા કહે કે ત્યારે ગાળો શાની દીધી ? અમારા સુપરીન-
ટેન્ડન્ટ સાહેબે બધા છોકરાને કહ્યું કે તમે એની મારી માગો. પરંતુ છોકરાએ તેમ કરવા
ના પાડી ને કહ્યું કે અમે તેની પાસે કોપી કાઢવાનું કામ કરવાના નથી તે અમારા હાથના
ખંડાની આંગળીઓ પર આંકણીઓ મારે છે. સાહેબે કહ્યું કે ત્યારે તમે સ્કુલ છોડી બન-
પંછી બધા છોકરા સ્કુલમાંથી બહાર નિકળ્યા. ત્રણ દિવસ કોઈ નિશાળમાં ગયું નહિ. છોકરાઓ
બહાર ખુલ્લા મેદાનમાં ભેસતા અને કેટલાક શીખવવાનું કામ કરતા. છેવટ સહાઈ થઈ અને
એવું કહ્યું કે કોપી માસ્તરની નહિ પણ સુપરીનટેન્ડન્ટ સાહેબની મારી માગે. બધાએ તેમ
કરવા હા પાડી ને તેમની મારી માગી; તે કોપી માસ્તરને ડીમીસ કરાવ્યો. બધુઓ, છોકરાને
વિદ્યાભ્યાસ કરતાં આવાં અસહ્ય દુઃખ સહન કરવાં પડતાં હતા. હવે પણ કેટલેક સ્થળે સરકારની
મના છતાં માસ્તરો છોકરાને શારીરિક સજા કરે છે. આ કુદરતના નિયમ વિરુદ્ધ છે.

કેટલાંક મામાપ કે માસ્તર તરફથી એવી સંકેતો આપશે કે જે બાળકને શિક્ષા
ન કરીએ દિવા બધ ન બતાવીએ તેમજી તે કુર્ચીથી, તોફાની, અને બ્યસતી થઈ જાય
અને બીલકુલ ભણેજ નહિ. આ માન્યતા તેમની જૂન બરેલી છે. “ધી લીગ ઓફ પેરેન્ટસ
એન્ડ ટીચર્સ” તરફથી “ફીડેસીપ્લીન વિષાક્ટ જુટેલીટી” વિષે પત્રિકા નંબર ૨ બહાર
પડી છે. તેમાંનો ચોડો અનુવાદ જણાવે માસિકમાં આવેલો છે તે ઉપયોગી હોવાથી આ સ્થળે
દાખલ કર્યો છે.

• શારીરિક શિક્ષા તથા બધ સિવાય શાળાઓમાં છોકરા ગાંડે નહિ, એવું માનનારાઓને
ઉત્તર તરીકે તથા તે સિવાય પણ અંકુશ ‘કેવી’ રીતે રાખી શકાય છે તે બતાવવા માટે
(The League of Parents and Teachers)
તરફથી પત્રિકા નં. ૨ બહાર પાડવામાં આવી છે, તેમાંનો કેટલોએક ભાગ અહિ આપવામાં આવે છે.

• સેવરલ બિધાન સહુદની થીઓએપીકલ સ્કુલના પ્રીન્સીપાલ ડૅ૦ આર્ચરલેંડ સ્પીચની

સાથે તે ખાખત વાતચિત કરવા સારુ મુલાકાતે આવનાર ગૃહસ્થે પુછ્યું:—ત્યારે વિદ્યાર્થીઓને તમે કોઇ પ્રકારની ખાસ નિયમમાં રાખવાની રીતિ દાખલ કરવા માગતા નથી ?

જી—અમારા નિયમની રીતિ ખાખત કહેતા હો તો એવી રીતિ તો અમે કોઇ દિવસ રાખવાના નથી, પણ મહેરબાની કરીને આનો અર્થ એમ નહિ કરતા કે અમારો હેતુ નિયમમાં રાખવાનો નથી. અમારી ઇચ્છા એવી છે કે વિદ્યાર્થીઓએ પોતેજ પોતાની જાતને નિયમમાં રાખવી જોઇએ. તમે પૂછશો કે કેવી રીતે ? તેઓએ તેમ કરવાની જરૂર છે એમ અને તે શામાટે છે તે વિદ્યાર્થીઓને સમજાવવું અને શિક્ષક તેમને કેવી રીતે રહેવા અને શું કરાવવા ઇચ્છે છે તે તેઓ જોઇ શકે. તેમ કરવું. નિશાળોમાં હાલની પદ્ધતિમાં ખામી છે તે એ છે કે તેમને અમુક વાત કરે અથવા અમુક કરશે નહિ, એવી આગાઓજ માત્ર આપવામાં આવે છે, પણ તેનાં કારણ તેમને કોઇ દિવસ સમજાવવામાં આવતાં નથી; પરિણામે આગા ગમે તેવી સારી હોય તોપણ છોકરાં તેનો લાભ જોઇ શકતાં નથી એટલે તેને માટે તેઓની લાગણી હોતી નથી.

એટલામાં બહાર યોડો એક આનંદ લેતા વિદ્યાર્થીઓના ઘોંઘાટ સંભળાયો અને તેને એક બે મીનીટ ધધ; એટલે ડોઁ આર્મસ્ટ્રોંગ સ્મીથે બારણું ઉઘાડી બહાર જતાં કહ્યું. જુઓ નિયમનો અર્થ અમે શુ કરીએ છીએ તે હું તમને બતાવું છું. યોડા વખતમાં બહાર આવ્યા તદ્દન ખંધ થઇ ગયો. મેં પુછ્યું તમે શુ કર્યું ?

જી—મેં માત્ર નરમાશયી પુછ્યું: અમને કામ કરતા અટકાવવાની ખરેખર તમારી ઇચ્છા છે ? અને સ્વાભાવિક રીતે આજે પ્રશ્ન તેમનેજ પુછવામાં આવ્યો ત્યારે તેઓની ઇચ્છા ખીલકુલ તેવી નહોતી એટલે તે વિદ્યાર્થીઓ સુખ થઇ ગયા. હવે તેઓ કોઇ રીતે ઘેવાટ કરશે નહિ. પણ જો મેં તેમને સુખ રહેવાને આગા કરી હોત તો તેઓ બહારથી મુગા રહેત ખરા, પણ અંતઃકરણથી તેઓ મારી ઇચ્છાને કમુલ રાખત નહિ; અને નિયમ રાખવામાં મને સહાય કરવા ઇચ્છા રાખત નહિ. વિદ્યાર્થીઓને પોતાને પોતાની જોડે નિયમમાં રખાવવા છે, એમ જો હું કહું છું તેનો અર્થ આ.

સં—ત્યારે તમારે કોઇ નિયમો નથી ?

જી—ખરી રીતે અમે માત્ર બેજ નિયમો રાખ્યા છે. એક વિદ્યાર્થીઓ માટે, બીજો શિક્ષકો માટે. વિદ્યાર્થીઓ માટે આ નિયમ છે:—ખીજઓને માટે તમે જ કહેવાના હોતે સાચું છે અને આચારુપણથી કહેો છો એવી ખાતી સિવાય ખીજઓનાં કોઇ બાબતમાં નામ આપવાં નહિ. આ નિયમ તેમજ નિશાળમાં તેમજ બહાર પાળવાના છે અને માત્ર આજ નિયમ તેમને માટે ઘડ્યો છે બાકીના નિયમો તેમજ પોતેજ ઘડવાના છે. શિક્ષકોને માટેનો નિયમ જરા જુદો છે. તે એ છે કે વિદ્યાર્થીઓ કોઇ માહિતી મેળવવા સવાસ પુછે તેનો જની શકે ત્યાંસુધી એકદમ ઉત્તર નહિ આપનાં તેઓ વિચાર કરી પોતેજ જુલાંસો કરે તેવી રીતે ગોઠવણ કરવી. હું ધારૂં છું આનો હેતુ તમે જોઇ શકો છો. હું શીક્ષણોની નોર્મલ સ્કેલોની પદ્ધતિનો અભ્યાસ કરતો હતો, ત્યારે આવા પ્રશ્નોના સીધા ઉત્તર આપતાં મેં કોઇને સાંભળ્યા નથી.

કોલેજોની આનંદ કોલેજના પ્રિન્સીપાલ મી. ફિટ્ઝક્રીઝ લખે છે: હું આદિ આવ્યો તે વખતે નિયાજ વિભાગમાં ચારીરિક શિક્ષા કરવામાં આવી હતી. મારી માસ્તરોની સાથેની

પ્રથમની મુલાકાતમાં જ એ બાળાવી દીધું કે શારીરિક શિક્ષા કરવી એ મને પસંદ નથી. માટે તે બાળી કરવી. પછી થોડા વખત પછી એવો હુકમ કર્યો કે મારી રમત સિવાય કોઈએ શારીરિક શિક્ષા કરવી નહિ. પરંતુ તોફાન કરે તેને મારી બોલીમશ "મારી પામે મોકલી દેવા. આમ કરવાનું કારણ એ હતું કે છોકરાઓ શારીરિક શિક્ષાનો બહુ ભય રાખતા નથી. પરંતુ પ્રિન્સીપાલ સન્મુખ તેમને ઉભા રાખવામાં આવે તેના તેમને ઘણો ડર હોય છે. (આ પ્રમાણેના અનુભવ બધાને હશે.) અને એવું માલમ પડ્યું છે કે મોટી ઉંમરના છોકરાઓને પણ બોલીસમાં બોલાવી તેમની લાગણી નબળી કરી નરમાશથી ટપકા દેવામાં આવે છે તો તેઓ રડી પડે છે અને તેથી તેમની વર્તણૂકમાં ઘણો ફેર પડી જાય છે. ફગળી સ્કૂલના ડૉ. થોમસ આર્નોલ્ડ પણ આજ મતને ટેકો આપે છે અને કહે છે કે છ શીટ ઊંચાઈવાળા વિદ્યાર્થીઓને ખાનગીમાં બોલાવી તેમના પાઠ તૈયાર નહિ કરવા બાબત ધીમેથી ટપકા દેવામાં આવતાં તેઓ રડી પડ્યાના અને પછી પાઠ તૈયાર કરવામાં કાળજી રાખ્યાના દાખલા મારા બાળકોમાં છે. એમ પણ માલમ પડે છે કે વિદ્યાર્થીઓનો મોટો ભાગ બળવાબોર છોકરાઓની વિરુદ્ધ હોય છે; એટલે સંભાળથી શોધી કાઢેલા પ્રીફેક્ટ (વડાવિદ્યાર્થી) નીમવાથી તેની અસર ઘણી થાય છે. કેલેજના વિદ્યાર્થીઓ માટે દરેક વિદ્યાર્થીનું એક-દાર્ડ રાખવામાં આવે છે. તેમાં તેનું નામ તથા ઠેકાણું તેના પિતાનું નામ, ઠેકાણું અને ધંધો, વિદ્યાર્થીઓની ઉંમર, હાજરી, માર્ક્સ વગેરેનો ધેવ હોય છે. બ્યારે કોઈ ચુનૅહો કરે છે ત્યારે તેનું દાર્ડ હું 'નેડ' છું. પછી જો દાર્ડ ઉપર અગાઉની ગેરવર્તણૂક માટે રીમાર્ક એકથી વધારે વખત હોય છે તો તેના પિતા મને મળી જાય તે અગાઉ તેની સાથે કંઈ વાત કરતો નથી. આ પ્રમાણે જો તરફથી તેના ઉપર દયાથી થાય છે એટલે તે સુધરી જાય છે. પણ તેમ છતાં સુધરે નહિ તો પછી રમતમાં તેને ભાગ લેવાની મના કઠવામાં આવે છે, અથવા લાઇબ્રેરીમાં વાચવાનું તેને માટે બંધ કરવામાં આવે છે; અથવા નિશાળના વિદ્યાર્થીઓ મુસાફરીમાં જાય છે તેમાં તેને લઈ જવામાં આવતો નથી. આ પ્રમાણેના અનેક સાધનોનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે. આ રીતથી સુધર્યો ન હોય તેનો દાખલો કવચિતજ નોવામાં આવે છે.

વીલીયમ જેમ્સ કહે છે કે કેટલી એક વખતે છોકરાઓ અસુક કાર્ય કરવામાં નિષ્ફળ જાય છે એટલે પછી ગમે તે કરે તો પણ તે તરફ તેનું લક્ષ્ય ચોટવું નથી. આવી સ્થિતિમાં કેટલાએક શિક્ષકો એમ માને છે કે છોકરો હડીશે છે અને હું તેની હઠ કાઢી નાંખીશ. આવા વિચારથી બન્નેની સક્ષિતો બચ થાય છે અને છોકરાના મનમાં શિક્ષક માટે અભાવની વૃત્તિ ઉત્પન્ન થાય છે. આવી સ્થિતિ—જેને હું 'પ્રોક્લ' નામ આપવામાં આવે છે—તેનું કારણ તેના મનની સ્થિતિ હોય છે. હડીલા થવાનો હેતુ હોતો નથી; એટલે તે વખતે તો તે વાત છોડી દઈ તેનું લક્ષ્ય ખીજી ખામત તરફ લઈ જવું; પણ ખીજે પ્રસંગે તેના બાળકોમાં ન આવે તેવી રીતે આડકતરી રીતે તે વાત દાખલ કરી તેને મમજવવા અથવા તે કાર્ય તેની પામે કરાવવા પ્રયત્ન કરવો અને ઘણે બાજે છોકરા તેની પ્રથમની મુશ્કેલી બાળગી જાય છે અને આપણો પ્રયત્ન સફળ થાય છે. જે જરૂરું છે તે સુક્ષિત છે, બળ નહિ.

ધન્વન્તરિ.

SHRI DHANVANTARI.

ધન્વન્તરિ ધૃતકરામૃતપૂર્ણકુમ્ભ પીતામ્બરં સકલસિદ્ધસુરેન્દ્રવધમ્ ॥

વન્દેરવિદનયન મણિમાલ્યમાયુર્વેદ પ્રવર્તકમનુસ્મૃતિરોગનાશમ્ ॥

હાથમા અમૃતથી ભરેલો કુબ ધારણ કરી રહેલા, પીળા વસ્ત્ર પરિધાન કરનારા, સર્વ સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, હમણ સરખા નેત્રવાળા, મણિમાળા પહેરી રહેલા, આયુર્વેદ એટલે વૈદ્યકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક, અને વળી જ્ઞેમના નામનુસ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ-માત્ર નાશ પામે છે, એવા શ્રી ધન્વન્તરિ ભગવાનને નમન કરું

“Mens sana in corpore sano” “પહેલું મુખ તે જાતે નર્યા.”

[પુસ્તક ૧૦ અં.]

જુલાઈ ૧૯૧૭.

[અંક ૭ મો.]

TUBERCULOSIS IN INDIA.

RESULT OF DR. MUTHU'S INVESTIGATIONS.

(From our Correspondent.)

Simla, May 1917

Dr C Muthus name has of late been so much before the public that he scarcely needs any introduction. Ever since he graduated in Medicine he has enjoyed in England what should be considered extensive practice among tubercular patients and now he is in the forefront of those engaged in combating consumption. During the past four years or so he has been devoting more attention to the prevalence of that disease in India and he has for the purpose of investigating into the various aspects of it been travelling all over India and Burma and we understand that he has completed his monogram on 'Tuberculosis in India,' in which he chronicles his impressions and records his deliberate conclusions. Interviewed by a press correspondent, he made the grim declaration that consumption was gathering force in India

every year and that it was extending from cities to rural areas and villages. Almost every class was affected, though certain communities and professions were more markedly so than the rest. Nor were some of the hill and aboriginal tribes exempt from this

Magnitude of the Havoc.

To show the magnitude of the havoc, Dr. Muthu said that as many as a million persons were annually being accounted for by it. Turning to the causes at work in bringing about this unhappy state of affairs, the Doctor emphasised that man was master of his situation and the stronger he was the greater was his resisting power and, therefore, immunity from disease. He thought that whether or not the tubercle bacille gained a footing in any person was determined by the resisting power of that person. To put it in his own favourite phrase: "no soil no disesse." India constituting almost a virgin soil, in many places helps to spread the growth of the disease. As one of the potent factors that helped this disease in its inroads into the richer sections of the Indian people, he referred to the gradual adoption of western dress, food and method of living, while in the case of the poorer classes its chief allies were, among the rest, the zenana system and poverty. Early marriage and other institutions, that date back from the long past, are also in a great measure responsible for the spread of this disease. Spitting, which is so common among Indians, though good so far as it helps to cleanse the mouth of any foul matter, materially assists the spread of consumption.

Finally, he said that for a proper appreciation of the growth of the disease in India we should remember that the Indian, generally speaking, was more spiritual by temperament and hence the increased physical and mental strain put upon him by the impact of Western Civilisation. While weakening him, it makes him more susceptible to tuberculosis.

Tuberculin Injection Harmful.

Asked whether tuberculin injection did any good to the patients, he said very emphatically that far from doing him any

good it did a lot of harm, as one of its direct results was the rousing up into activity any latent tuberculous mischief that might be lurking in the body. He gave up injection in England years ago and his patients' course did not in the least suffer there, latterly, he came across a very striking case of the baneful effects of these injections, a perfectly healthy girl in Madras dying in consequence of an injection.

Some of his opinions, long held in spite of great opposition from English experts, are coming true through his Indian investigation into tuberculosis. For instance, he has held that milk is not an important factor in the causation of tuberculosis and that it is unwise to connect bovine infection with surgical tuberculosis. Tuberculosis is a rare disease among Indian cattle and yet there is a great deal of surgical tuberculosis among children in India.

—*The Bombay Chronicle.*

Materies Morbi or Foreign Matter as the Bed-rock of Disease.

(BY DR. J. H. TILDEN, M. D.)

It is hard for the average person, or even physicians, to accept the fact, which should be generally known, that there are very few well people, and it is harder yet for them to believe that the neighbour and friend, so round and plump, with a rich colour and a keen relish for food and every enjoyment of life, is satiated with poison, and his bodily resistance is reduced so low that pneumonia is about to set in, or that his kidneys have been worked overtime to such an extent that they are about to take on disease; or that his capillaries have become so obstructed, causing such a hyperemia of the internal organs, that their functioning is greatly impaired; or that the arterial pressure on the blood vessels of the brain is so great that they are on the verge of rupture; or that the heart is giving down under the strain.

This description could be extended to take in every part of the body, and, without exaggeration, I might go on relating what is going on in the bodies of those who are commonly rated as the most robust in every community. The irony of the situation is that these people believe themselves to be in excellent health, and, if at any time they feel in doubt, all they have to do to reassure themselves and prove beyond the possibility of a doubt that they are in ideal health is to apply to one of the old line insurance companies for a policy, which is usually granted them without a question.....But the average first class risk, according to the best insurance requirements in the world, will not preclude an individual who is in a physical state that can truthfully be pronounced *Chronic Autotoxemia*—a physical state that represents a greatly reduced resistance, and a state of the fluids and solids ready to join with any exciting cause in developing a disease that will be agreeable to the location in which the irritating or "exciting cause" happens to take place.

Chronic autotoxemia is not even recognized by doctors, and as a disease it is not known—there is a state generally suspected, but not known. It is a passive state, gradually brought on by the common abuses, such as overtaking in work and play, over-eating, or eating improper foods, incompatible combinations, and either too much starch or too much meat, and often too much of both; all represent a gradual backing up in the system of waste products. If likened to a house, it can be described as a gradual accumulation of dirt, where the housewife removes just what she is compelled to, but where the dirt can't be seen it is allowed to gather until there must be a general cleaning out, or one must quit the place. (Louis Kuhne calls such a condition as this: "encumbered," or "encumbered with foreign matter or morbid waste.")

With the human body in the process of developing this general state of poisoning the bowels are always full, notwithstanding there may be an evacuation daily; the tongue and mucous membranes are thick and pale, and in extreme cases there is a dirty brown or yellow coating and a bad breath; the

gums are inclined to be red and ulcerated near the teeth; at middle life, and often before, the teeth will loosen and fall out—alveolar pyorrhea; the tonsils and throat tissues are often, thick and slimy; there is always catarrh of the nose, with dry scales forming; the hearing and seeing are not acute, the hair is full of dandruff and in time will fall out; the tissues of the body are often flabby, and there is always over-weight, or under-weight; too much abdomen, either from fat or gas; a morbid appetite for food and drink, and a desire to satisfy the sensual nature; piles are frequent in many subjects all the time; an inclination to be drowsy if not entertained; good natured if fat, or nervous and cranky if lean, given to headaches; always tired, secretions and excretions malodorous. Babies born in this state are always over-weight and considered pretty; as school children these subjects are not remarkably bright, as young men they often lead in athletics, and quite a percent die soon after from consumption or Bright's disease; occasionally they are extremely bright, not necessarily logical; many are reformers, and not a few insane, as business men they usually pass for knowing more than they do; they make good boomers and are social in disposition; as young men and women in society they are frequently, if not pretty generally, plump, of good form—shapely—and sufficiently sensual to be drawing, and sometimes dangerously infective because of moral idiosyncrasy. All the acute diseases that ultimately end in chronic diseases are found in those who are born with or have acquired Chronic Auto-toxemia.

The reason the subjects of this chronic poisoning do not feel bad is because this state is brought on the same as whisky and morphine poisoning; the food poisoning dulls sensation, and the more heavily the system is charged with by-products the more obtuse the sense perception becomes. These subjects gradually lose their acuteness of smell, taste and hearing; the eyes give out early in some, the sense of touch is often greatly impaired, and in neurotic subjects paralysis waits for them in the latter part of life.

Chronic Auto-toxemia must, of course, vary all the way from a light case to the worst possible type, but it should be remem-

bered that the people who are suffering from this constitutional derangement represent the army of sick. Epidemics and endemics feed upon these subjects, and stop where there are none. This is the *stock-in-trade disease* that is the *first cause*. This is *The Cause* for which the great medical profession is looking and for which it is at a loss to account. The profession has been chasing this *Great First Cause* from the start, and is still looking for it. At the present time *germs* are giving it speculative satisfaction, but, so far as aiding in procuring better or more satisfactory cures is concerned, results are the same—a failure.

The systemic derangement I am describing—Chronic Auto-toxemia—is brought on by abusing the body in many ways, by exposure, overwork, worry, mental strain, by living wrong in whatever way, and in children by a lack of care, unhygienic surroundings, improper food and bad inheritance. Children must inherit the condition, for it requires years of wrong life to bring about a severe type.

This is the constitutional derangement that is necessary before we can have such local manifestations as tonsillitis, pneumonia, prostatitis, appendicitis, or inflammation of any of the mucous surfaces. The fact is that before this constitutional derangement is established man has enough resistance to be immune from the common and most of the extraordinary influences peculiar to his environment, but after he has lost his normal resistance by building this state of Chronic Autotoxemia, he then becomes the victim of all extraordinary disease-producing influences, as well as the the lighter capricious and contingent influences. As examples of the latter we might say that a fit of anger may be sufficient. In children at school a few days of worry over bad lessons; a dread of criticism from teachers; an inability to keep up the class standard, which the state of health makes impossible more than an innate dulness of the child; anything that worries; indiscretions for a week or two in overeating; unusual and unaccustomed indulgences, which create indigestion; excess in play, which causes an overheated body, followed with a sudden cooling off; an unusually hearty meal after being overheated and tired; imprudent bath-

ing—going in swimming and staying in the water for hours at a time; fright while digestion is going on; severe punishment during the digestive act—the exciting cause or causes may be one or more of many influences capable of inducing indigestion; but there must always be a deranged digestion of months' or sometimes years' duration, and accompanying chronic food poisoning is necessary to furnish a firm foundation for building up an acute manifestation of disease.

TEA.

(BY DR. J. H. TILDEN, M. D.)

TEA is more injurious than coffee; it not only ruins the nervous system, but it is very prone to bring on gall-stone and arteriosclerosis, and to convert an ordinary inflammatory rheumatism into the articular variety, with deposits in the joints. Those with what is known as uric acid poisoning can cause the mineral elements in the food to be deposited in various parts of the body by partaking freely of this beverage. Like coffee, it is least harmful when steeped; when boiled it is a rank poison.

Tea, coffee and wine are not necessary to digestion as some suppose; indeed, they are a hindrance to this important function. When people become accustomed to these so-called stimulants they feel weak, or like collapsing without them. The effect of drinking water that is too hot, or swallowing hot foods, such as soup, is injurious and will bring on a neurosis characterized by general weakness and often described as an "all-gone" feeling at the stomach.

When people become addicted to tea, coffee, tobacco, alcoholics, or opium, the result is much the same; the habit is formed; as the habit grows the exhilarating effects pass off more and more quickly, and this creates a demand for more and more until complete prostration is reached. The degree of effect that each of these poisons produces will depend upon the resistance of the victim and the amount and quality used.

If those who are skeptical regarding the action of tea will make a strong decoction, and drink it before retiring, when they finally succeed in sleeping they will have the time of their lives with the witches ; their experience will equal an excursion through Hell, and they will be convinced of the poisonous effect of this drug.

The effect of tea is a feeling of general excitement, which causes the heart and pulse to beat so strongly that sleep is often out of the question.

If there were no more of these nerve excitants used I believe paralysis would be less common. Of all the many influences that combine to evolve arteriosclerosis, locomotor ataxia, stone in the bladder or in the gall-duct, rheumatic arthritis, migraine, angina pectoris, gout, and other diseases of like character, toast or rolls, coffee and tea are in the fore-front, while cane sugar and alcoholics are their live competitors for first honours. The effect of these drugs on the tissues of the body, expressed in terms that any one can understand, is that they produce hardening, which may be interpreted as premature aging. The reader should bear in mind that the effect will come earlier to some than to others. Many people say :—I just put enough tea or coffee in hot water to make it taste. If they do, which is seldom true, they will come under the influence much more gradually than otherwise.

I believe the reader will agree with me that the people *who know how to use tea* and have used it more and longer than any other people, namely, the Chinese and Japanese, as a class—as a people—have the appearance of being prematurely aged ; the visages of the young people suggest maturity beyond their years. It is true that tea is but one of many causes of this, but it is said that these people know how to use the drug without suffering its evil effect.

I agree that the masses use these drugs, including opium, in such moderation that the pronounced effects are not produced ; however the common effects are not generally recognized. The *noble medical profession* is so intent in chasing will-o'-the-wisps, instead of giving true etiology attention, that it knows no

more about the evil influences of the conventional customs of society upon its members than the laity know. One reason for this is that the drugging habit which has been fallen into by the profession covers up the symptoms of disease so that physicians begin after their first visit to speculate upon the symptoms created by their drugs, and from this time until the patient is dead or well, they are in a maze of speculation, and when through with the case have no satisfying reason for the ending, be it in health or death. Doctors will deny this, and they can't be blamed if they do, for it must be humiliating to be so much below the world's estimate.

" In the Same Old Way "

(BY DR. J. H. TILDEN, M. D.)

There is a certain per cent of people who have no taste for books, and as soon as the summer is over they blend their summer pleasures with those of the fall, and those of the fall with those of the winter, the sum of life with them is *pleasure—a continuous round of pleasure*. These are the people who prefer an empty brain to the missing of a few games of cards. As a rule they come to grief, almost to a man; life from every point of view is a failure. These people are orthodox, of course; they haven't time to know enough to evolve an opinion, hence they take no chances on being wrong, but adopt daddy's religion as well as his faith in drugs and there you are. It is the loyalty of indolence and ignorance that makes orthodoxy so invulnerable, and it is this same willingness to be ignorant that keeps the same diseases on the same people, and they suffer the same and die the same.

Like father like son, generation after generation. Everybody pulls down the windows as soon as the air grows cool in the fall, in the same old way, everybody gets into the same old woolen shirt, at the same time of the year, and catches cold within twenty-four hours after he does it, in the same old way, and for that

cold, and for that cough, he takes his quinine, hot drinks, cough syrups, and eats *good, nourishing food*, in the same old way; and with stereotyped regularity pneumonia, tonsillitis, diphtheria, and other winter diseases are followed by the undertaker in the same old way.

The difference between people who think and those who do not is that the former are well and the latter are sick. If one of the former sits on a tack he gets right up and pulls it out, and resolves never to sit down again without looking; when one of the latter sits on a tack, for fear it may fall out, he keeps very quiet and sends for a doctor; the doctor comes, feels his pulse, takes his temperature, looks at his tongue and asks, "How's y'r bowels? Have you pain? Where is it?" The patient answers the questions satisfactorily, and tells the doctor that the pain came on him suddenly, immediately after sitting down. The doctor nods assent, and volunteers the wise information that it is quite common to fracture the coccyx, and suggests, as a means to avoid such accidents, that people should be careful when and where they sit down. The doctor prescribes a *stimulating liniment* to be rubbed on frequently; then to overcome any tendency to *spinal hyperemia*, a few doses of calomel are given, and neither at nor least, the patient is conjured by his doctor to be very careful to eat lots of good, nourishing food and keep very quiet.

The patient follows instructions to the letter. The third dose of calomel forces him to get ready for the *cleaning out* consequent to the taking of the great liver medicine. Removing his clothes pulled the tack out and, of course, relieved all pain. Not long after the bowel evacuation the patient is heard at the telephone telling his doctor how well he feels. He says the drugs have acted *like a charm*, and that he has no pain since the medicines have had time to correct his disease.

This type of men will continue to sit on tacks and red-hot stoves, and they will continue to send for doctors, who will treat tack pricks of the buttock for fractures of the coccyx, coccydynia, a threatening morbus coxarius, or coxalgia; they will treat blisters

from sitting on red-hot stoves for erysipelas or vegetable poison, etc. The doctors are in keeping with their patients.

My readers may think that people who are so mentally restricted are very few, but I am sorry to say that, so far as my experience goes, the majority of people are in that class; and if I am to judge the people by their physical and spiritual teachers and advisers, which deductive reasoning forces me to do, I must say that the majority is indeed very great.

આરોગ્ય જાળવવા તથા મેળવવામાં પાણીનો ઉપયોગ.

(લેખક. H. M. V.)

કુદરત તરફથી મળેલી અમૂલ્ય બક્ષીસોમાંની પાણી એક અમૃત તુલ્ય બક્ષીસ છે. તેની ખરી કીમત અને જરૂરીયાત બ્યારે તે સહેલાઈથી મળી શકતું નથી ત્યારે જ આક્રિયાની તૈયારી બતાવવામાં આવે છે. હવા, પાણી અને ખોરાક એ ત્રણ ખાસ કરીને પ્રાણી માનની જીવંતી ટકાવી રાખવાને જરૂરનાં છે. આ જગ્યાએ પાણીનો આરોગ્ય જાળવવા તથા મેળવવામાં થતો ઉપયોગ કેટલો જરૂરી અને આશીર્વાદ ભરેલો છે તે મનમાં કાંઈક લખવાની જરૂર જણાય છે. કુદરતી મહાન દાકતરો હવા-પાણી-કસરત-ખોરાક વગેરે છે જે માંનો એક પાણી એ મહા સમર્થ વૈદ્ય છે. પાણીનો ઉપયોગ જેમ તંદુરસ્તી તથા જીવંતી જાળવવામાં જરૂરી છે તેમ માંદગી અને દુઃખ દરદમાં પણ તેનો ઉપયોગ થાય છે. રોગોપચારમાં પાણીનો ઉપયોગ ઘણો અકસીર થઈ પડે છે. એકઠો પ્રકારની દવાઓમાં અથવા દવા તરીકે વપરાતાં વસાણામાં સર્વેથી અદીયાતો દરજ્જે રોગોપચારમાં પાણીને આખી શક્તિ. કારણ પાણી વિના બીજાં બધાં સાધનો નિરૂપયોગી અને નિર્બીજ થઈ પડે છે. પાણીની જરૂરીયાત તથા તેના કામદા તથા તેના ઉપયોગ સંબંધી એટલું બધું લખી શકાય કે તે માટે આ માસિકમાં જગ્યા થઈ શકે નહિ. મનુષ્ય જાત પાણીનો બ્યારે ખરો અને સંપૂર્ણ ઉપયોગ રોગોપચારમાં કરતાં શીખશે ત્યારે ઘણે ભાગે માંદગી અને દુઃખ દરજ્જે માટે ફરીયાદના પોકારો સંજ્ઞાતા બંધ પડશે. જે વસ્તુ સહેલાઈથી મળે છે અને જેનો ઉપયોગ સાધારણ દરોજી થાય છે તેનું ખરું મૂલ્ય અને મહત્વ વારંવાર ચાતુ લક્ષમાં રહેતું નથી.

રોગોપચારમાં પાણીનો ઉપયોગ અમલથી થતો આવ્યો છે. તેમજ ખોરાક તરીકે દર રોજની જરૂરી વસ્તુ તરીકે તેનો ચાતુ ઉપયોગ થાય છે. સરકાઈ સુરકાઈ જાળવવાને પણ પાણીનો ખપ પડે છે એ સર્વેની જાણમાં હોવાથી એ વિષે વધુ લખવાની જરૂર નથી. એ સંબંધી આ માસિકમાં અગાઉ જાણવાયોગ્ય માહિતી બહાર પાડવામાં આવી છે.

“ નવાણુ અને નવાણુના પાણીનો ઉપયોગ કરવાનાં સાધન ” એ નામના પુસ્તકનો વિદ્વાન લેખક પોતાના સદરજ્જુ પુસ્તકમાં લખે છે કે “ હવા પાણી અને ખોરાક આ ત્રણ

વસ્તુ મનુષ્ય, પશુ, પક્ષી, કીટ, પતંગ અને વનસ્પતિનું જીવન જાળવી રાખવાને બહુજ જરૂરની છે. પાણીને આપણાં શાસ્ત્રમાં આગ્નિની માફક પવિત્ર ગણ્યું છે. જળ દેવ મનાય છે અને તેની પૂજા થાય છે. ગંગાજી, જમુનાજી, નર્મદાજી, સરસ્વતી વગેરે ધણી પાણી સમાવનારી નદીઓ પવિત્ર ગણાય છે અને આપણા પાપને ઐતરે તનમનના મેલને સાફ કરનારી છે. આપણાં ધર્મસંસારનાં લગભગ સર્વ કાર્ય પાણી ઉપર અવલંબી રહ્યાં છે. પાણી હોય તોજ આપણે તરસથી બચીએ. પાણી હોય તોજ જાનવરો પીને જીવી શકે. પાણી હોય તોજ ઝાડ પીડની વૃદ્ધિ થાય. પાણી હોય તોજ ખેડૂતો ખેતરમાં પાક ઉછેરી શકે, પાણી હોય તોજ માળા બાગ બગીચામાં ફુલ, ફળ, ઝાડની શોભા બતાવી શકે, અને પાણી ન હોય તો બધું શબ્દતઃ થઇ જાય. ચૈતન્ય રહીત બાસે. ” એજ પુસ્તકમાં ‘ પાણીની અગત્ય વિષે નામદાર ગાયકવાડ સરકાર સાહેબના વિચાર’ એ મધાળે નીચે પ્રમાણે જણાવવામાં આવ્યું છે:—

“ માણસની જીંદગીમાં પાણી જેની જરૂરી કોઈ પણ ચીજ નથી. આ સૃષ્ટિમાં જીવવાળી સર્વ વસ્તુ પાણી દ્વારાજ પેદા થાય છે, અને પાણી વડેજ પોષાય છે. આપણા પૂર્વજો પાણીને ઐતરું કીમતી ગણતા કે ઋગ્વેદના મંત્રોતો મોટો ભાગ વરુણદેવની પ્રાર્થના રૂપે રચાયેલા છે. જ્યારે જ્યારે, કુવા, વાવ, તળાવો નદીના ઘાટ વગેરે જળાશયો બંધાવો ત્યારે વેદ મંત્રોચ્ચાર કરવાનો રિવાજ હતો. મહાભારતમાં મનુનું વાક્ય નીચે પ્રમાણે લખ્યું છે:—

“ સર્વ દાનોમાં અન્ન દાન અધિક છે પણ તે કરતાં પાણીનું દાન ચઢીઆતું છે. પાણી વિના કોઈ પ્રવૃત્તિ નથી. અન્ન આપણી અને પાણીથીજ જીવ માત્ર ઉત્પન્ન થાય છે. ”

“ આપણા આરોગ્ય અને શરીરસંપત્તિ માટે સ્વચ્છ પાણી કેટલું અવશ્યનું છે તે તમે સારી રીતે જાણતા હશો. ઉદકચિકિત્સામાં કહ્યું છે કે સર્વ સુખનું મૂળ પાણીજ છે. ”

“ મારી બહાલી પ્રેમનું કલ્યાણ કરવાની આકાંક્ષા મારા હૃદયમાં સતત વસી રહી છે અને તેથી આ જગતમાં જે મનુષ્ય દેહ જેમને પ્રાપ્ત થયો છે, તેનું સર્વ પ્રકારનું સુખ ભોગવવા તેઓ સર્વ શક્તિમાન થાય તે માટે તેઓ સદા આરોગ્ય રહે એવું હું ચિન્તિતું છું. ‘ પહેલું’ સુખ તે ભલે નર્મ ‘ એટલે આરોગ્યમાન બીજા’ મર્વ સુખ સમાયેલાં છે અને સુખની સીમા માત્ર સ્વાર્થ ન છતાં તેથી પરાપકાર અને પર ‘દુઃખ નિવારણ પણ થઈ શકે છે. આરોગ્ય સંરક્ષણ એ તમારી પહેલી ફરજ સમજજો કે જેથી તમારાં કુટુંબના સુખનું સાધન થવા ઉપરાંત ધરપણમાં તમે બીજાને બોળ ૩૫ ભારે થઈ નહિ’ પડે. ”

“ પાણીના બિગાડ બાબત એ શબ્દ કહેવાની જરૂર છે. મારે દોલગીરીથી કહેવું પડે છે કે ગજનગર વડોદરામાં આ ધૃધરી બક્ષીસ પાણીનો અતિથય બિગાડ રેવતથી થતો જોવામાં આવે છે. સુવર્ણના કેરતાં પાણીની કિંમત વધારે સમજ તેનું જીવની પેઠે તમે સંરક્ષણ કરજો. એવી હું આશા રાખું છું. સોના રૂપા કરતાં પાણીનું મુશ્ય શું વધારે નથી. દુકાળ જેવા અવસ્થિના બચકર પ્રસંગે દુનીઆની દોલત ખરચો તો પણ પીવાના પાણીનું એક ટીપું તમે પેદા કરી શકશો નહિ. ”

પાણીની ખરી કીમત તથા તેનું ખર્ચ મહત્ત્વ દર્શાવવાને માટે ઉપલા શબ્દો પુરતા થઈ પડશે.

પાણી આ પૃથ્વી પરનું અમૃત ગણાય છે તે ખરૂં છે. દરરોજ પાણીના ઉપયોગ પ્રાણી-માત્રને કરવાની જરૂર પડે છે જેથી તે માધારણ વપરાતી ચીજ જેવી ગણાઈને તેનું ખર્ચ

મુખ્ય સાધારણ લોકના લક્ષમાં ચાલુ રહેતું નથી. પાણીના ગુણોનું વર્ણન કરતાં છેડે આવે તેમ નથી. પાણીની ખરી કોમત જ્યારે પાણી નહિં મળે ત્યારેજ થઇ શકે. પરંતુ દયાળુ કુદરતે આ પૃથ્વી ઉપર જોઇતું પાણી મળે તેવી ગોઠવણ રાખી છે. અને તે પાણી સ્વચ્છ સ્થિતિમાં જોઇએ તેની રીતે જરૂરી પ્રમાણમાં દરરોજ મેળવી શકાય તે અર્થ માણસ જાત ધરતો પ્રયાસ અને તત્પરતા કરે છે. ઝાડ-પાન, પશુ-પક્ષિ, અને મનુષ્ય જાત એ સર્વે પાણી મળે તેના પ્રાણુ ધારણ કરી રાખે. હવા, પાણી અને ખોરાક એ ત્રણે વસ્તુઓનો ખોરાક તરીકેનો ઉપયોગ કરવાની જરૂર રહે છે એ સર્વે જાગત સાધારણ રીતે જાણીતી છે.

આ ઢેકાણે પાણીના ગુણો અને દરરોજની જીવનમાં તેનો ઉપયોગ-દુરુપયોગ, તથા તદુસ્તી જાળવવા તથા મેળવવામાં તેનો થતો ઉપયોગ તથા જીવ જીવ રોગોમા પાણીનો ઉપયોગ એ બધી જાણો ઉપર લખવાને માટે અહીં જગા થઇ શકે એમ નથી. એ બધી જાણો ઉપર ધણા નામાંકિત વિદ્વાનોએ ધણાં પુસ્તકો લખી બહાર પાડ્યા છે સાધારણ વાંચકવર્ગને માટે જરૂરી થઇ પડે એવા ધરમતુ પાણીના ઉપચારમાના કેટલાક અહીં લખવાનો હેતુ રાખ્યો છે.

પાણીનો રોગોપચારમા ઉપયોગ કરતા પહેલાં એક મુખ્ય પ્રાથમિક તત્ત્વમાનો નિયમ અથવા કાર્યક્રમ જાણવાની જરૂર છે. કારણ કે તેના ઉપર રોગોપચારનો પાયો ખરી રીતે જોતાં છે. અને જેના ઉપર રોગનિવારણ થવાની ખરી રીતે ખાતરી રાખી શકાય તે શરીરમાં જો મેલો એકઠો થયેલો-ઉત્પન્ન થયેલો-મળ અથવા કચરો અથવા વિનિતિય દ્રવ્ય અથવા ઝેર રૂપ બનેલો મેલ અથવા Toxines or Poisons or Foreign Matters ને શરીરની અંદરથી બહાર કાઢવાની અગત્ય અથવા જરૂરીયાત લક્ષમાં રાખવાનો છે. પછી તે ઝેરનો નિકાલ કરવાને દીલ આપે તે પ્રકારના ઉપચાર કરો-જોઈએ તો ઝેરી-કેરી-લાલક-લોખંડ આપધી યાને દવા વાપરો, યાતો આપણા દેશના નિદાન પ્રાચીન ભીષજોરોના છાલા-પાલા-વનસ્પતિની નિર્દોષ અને નિર્દોષ વસ્તુઓ જે આપણી ભારતભૂમિમાં બરપુર ભરેલી છે તેનો ઉપયોગ કરો, યાતો વિદેશથી આવતી એઓપથી અને હોમીઓપથી અને ઇનેક્ટ્રી હો-મીઓપથી અને જંગમનીના રસાયણ શાસ્ત્રીની રચેલી ખાર ક્ષારની બનેલી જાયોકેમીકલ દવાઓ અને શીલમધ પેક થઇ પેકીંગ ચક્રોને પેક્ટ નામ ધારણ કરીને ખપતી શીશી-આ-ટલીઓની દવાઓ ભપકાદાર પીવા-ખાવાનું ફગાવો-અગર દીલ આપે તો કાંઈ પણ જાતની દવાઓ આપ્યા વિના તથા ખોરાક આપ્યા વિના ઉપનાસ કગલીને ફક્ત પાણી પાકને ઝેર રૂપી રોગને જાળવાતો પ્રયાસ આદરો અથવા હાલની નવી નવી પદ્ધતિઓ અને પદ્ધતિ કામે લગાડો-પરંતુ શરીરમાંનું વિનિતિય દ્રવ્ય જાળવાતો અથવા બહાર કાઢવાનો અથવા તેને શરીરની અંદરથી ધરતે માગે રસ્તો આપવાનો અથવા રસ્તો ક્ષેત્રની જરૂર પાડવાનો પ્રયાસ પહેલાં કરવો જરૂરી થઇ પડે છે. અને તે માટે પાણીની જુદી જુદી રીતે ઉપયોગ જરૂરી અને કોમતી છે.

શરીરમાંથી વિનિતિય દ્રવ્ય અથવા ઝેર રૂપી મળને બહાર કાઢવાને જે જુદી જુદી સારવારની રીતો અને ઉપચારો હાલમા હસ્તી ધરને છે તે બધી તેના પ્રમાણમાં ઉપયોગી-પણું ધરાવે છે પરંતુ જે ઉપચાર અથવા પદ્ધતિથી દેખાતું માંક કામ થવા ઉપગત પાછળથી મોઢ પળુ પ્રકારની માઠી અમર રહેવા પામે નહિ તે ઉપચાર પદ્ધતિને ઉત્તમ ગણી શકાય. અને

તે ઉત્તમ પ્રકારની પદ્ધતિમાં પાણીથી રોગ મટાડવાની રીતનો સમાવેશ થાય છે.

એક વિદ્વાન ડૉક્ટરે કહ્યું છે કે: "Remember, water, hot or cold, is the greatest remedy we have in the materia medica. It is a diuretic; it is a laxative; it is a sudorific; it is an anodyne; it is an emenagogue; it is an aperiant; it is a cholagogue; it is an emetic it is an antifebrile; it is an antiseptic; it is a sterilizer it is a demulcent disinfectant; it is a it is a sedative; it is a soporific, You can do almost everything with water that you can with drugs and with better results."

અર્થાત્ પાણી ગરમ या ह'उ એ આપધી કોશમાં આપણો સૌથી મોટો ઉપચાર છે, અથવા રોગોપચારનું સૌથી મોટું અને કીમતી સાધન આપણી પ્રાપ્ત છે. પાણીમાં આપધીઓને લગતા ધણા પ્રકારના શુભો રહેલા છે જેવા કે રેચક; સ્વેદક (પરશેનો લાવે એવું); વેદનાહારક યાને દુઃખ-દરદ કમી કરનાર; એમનેગોગ અથવા દસ્તાન તથા ઝતુ-આવની અવ્યવસ્થાને દૂર કરી તંદુરસ્ત સ્થિતિને ફરી સ્થાપનાર; જરા રેચક વા હલકો જીભાળ લાવનાર; પિત્તહર-પિત્તની શુદ્ધિ તથા વૃદ્ધિ કરનાર; વમનકારક વા ઉલટી પેદા કરે એવું; જ્વરનાશક અથવા બોખાર કે તાવ કાઢનાર; જતુ નાશક-જતુદા-સૂક્ષ્મ જન્તુઓની વૃદ્ધિને અટકાવી સડાને રોકનાર અને તેનો નાશ કરનાર; ઉપસર્ગદ-એપી રોગોના જન્તુઓનો અથવા એપી વિપતો નાશ કરનાર અને એપી રોગને ફેલાતો અટકાવનાર; કીમસ્ટ ગ્રીકાશ યુક્ત અથવા અંદરના બાગતું રક્ષણ કરનાર-અંદરના બાગને સુવાળો રાખનાર; સોઢીના વેગને નરમ પાડનાર; નિદ્રા લાવનાર વીગેરે. આપધી મારફતે તમે જે કામ થવાનું ઇચ્છો છો તે બધાં કામો પાણીથી થઈ શકશે અને તે વધારે સારાં પરિણામથી.

કરી દેશાંકશો ક્યારે ?

(લેખક: શ. "વસંત")

પરોપદેશે પાણિદત્યં સર્વદા સુઙ્ગરં જ્ઞામ્—For men, it is easier to preach than to practice.

(કંબાલી ગજલ.)

અમુક્તા ધર્મ પૂર્વજના, કરી દેખાડશો ક્યારે ?
પદાક્રમ વીર તનુઓનાં, કરી દેખાડશો ક્યારે ?
હતા પૂર્વે બહુ મોટા, થવા બાધી હવે છોટા;
પડ્યા જે વીર્યના તોટા, બરી દેખાડશો ક્યારે ?

કહો છો વીર પુત્રો છો, કહો છો સૌ સુપુત્રો છો;
 બતાવી પાતતા પહેલી, કરી દેખાડશો ક્યારે ?
 કહો છો યશ વેદીમાં, ધૂતીને ધમ ધમાવીને;
 જગત પાવન કરી દેતા, ફરી દેખાડશો ક્યારે ?
 હતા દાનેશ્વરી શગ, કહ્યું ને પાર્થ સમ વીરા;
 ફરીને એ બધા હીરા, ફરી દેખાડશો ક્યારે ?
 હમેશાં દેશહિત ઝઢાતા, હૃદયના નીરમાં ઝઢાતા;
 મહા બળવાન મદમાતા, ફરી દેખાડશો ક્યારે ?
 સમરમાં નામ કરનારા, અમર બહુ કામ કરનારા;
 અચળ ઉત્સાહ ધરનારા, ફરી દેખાડશો ક્યારે ?
 અખંડીત ધૈર્ય ધરનારા, અમર યશ કીર્તિ વરનારા;
 ચરીનું હીર હરનારા, ફરી દેખાડશો ક્યારે ?
 પ્રતાપી રામ રણધીરા, ભરત જેના અચળ વીરા;
 બ્રહ્મા હનુમંત સમ હીરા, ફરી દેખાડશો ક્યારે ?
 પ્રતાપી પ્રાણ દેનારા, અવરના કષ્ટ હરનારા;
 કસોટી તીન સહેનારા, ફરી દેખાડશો ક્યારે ?
 કર્યા જે તેમણે કામો, ઉઘાડ્યા સ્વર્ગના ધામો;
 તમેયે એ સમાં નામો, ફરી દેખાડશો ક્યારે ?

બાળમરણ

વિષેના મુખ્ય મુખ્ય મુદ્દાઓનું અતિ સંક્ષિપ્ત ટાંચણ.

(લેખક: ડૉક્ટર મહાદેવ પ્રસાદ, ઇ. એમ. ઇ., એન. ડી.)

આ વિષય ઉપર ખાસ ધ્યાન આપવાની અગત્ય.

૧. " An Enlightened Motherhood with Physical Regeneration will Save the Race " ,

—Dr S W. Dodds, M A, M. D

૨. " Help me at any rate to find out the cause of this great infantile mortality, for on an average seventy out of every hundred children die " —Father Kneipp

૩. " The child is father of the man " એ કવિવર વર્ડસ્વર્થના શબ્દો, તેમજ " Men are but children of a larger growth " એ ફ્રાયડન કવિના શબ્દો એજ વાત સાબીત કરે છે કે જેના બાળકો હોય છે તેવીજ પ્રજા બને છે. અર્થાત્ દેશનું ભવિષ્ય સુધારના ગાંઠે બાળકોની શારીરિક માનસિક સુધારણા ઉપર ધ્યાન આપવાની સાથે મોટી અગત્ય છે. બાળકો એ પ્રજાનું મૂળ છે.

૪. બાઇબલમાં કહ્યું છે કે A tree is known by its fruits. તેજ પ્રમાણે લક્ષ્ય વૃક્ષનાં ફળો દ્વારા તે પોષણસ્રોત કાઢી શકાય (બાળકો) પાંચ વર્ષનાં થતા પૂર્વેજ નાશ પામતાં હોય તો તે લક્ષ્ય અવસ્થામાં કે અયોગ્ય હોવાં જોઈએ, તેવાં સંતાનને ઉત્પન્ન કરનાર કુટુંબો કંઈક કામનાં નથી, અને તેવી સ્થિતિ લાંબી મુદત સુધી ચાલુ રહેવા દેનાર પ્રજા પોતાની મોટામાં મોટી પવિત્ર દ્રવ્ય બળવવામાં નિષ્ફળ નિવડી છે એમજ મનાવું જોઈએ એમ શુદ્ધિ પણ સ્વીકારે છે, તથા મહાન પુરોહિત પણ તેમજ કહેવું છે.

૫. પ્રજાના, બળનો અને અસ્તિત્વનો આધાર બાળકોના જન્મનું પ્રમાણ વધારે તથા મરણનું પ્રમાણ ઓછું હોવા ઉપર રહેલો છે.

૬. બાળમરણનું પ્રમાણ વધારે હોવું એ એક મોટો Great national economic waste પ્રજાકીય આર્થિક ખિજાડો છે.

૭. બાળમરણનું મોટું પ્રમાણ પ્રજાના આર્થિક અને જીવન ઉપર એક કલંક રૂપ છે.

૮. બેરોસાદર મણુત્રીને આધારે તપાસતાં જણાય છે કે દેશમાં જન્મેલાં દર સો બાળકોમાંથી પચાસ ઉપરાંત બાળકો પાંચ વર્ષનાં થતા પૂર્વેજ મરણ પામે છે.

૯. જીવધ્યાના હિમાયતીઓએ પણ એવું કહ્યું બાળકોના જીવ અચાવવા તરફ અને તેમનું મરણ પ્રમાણ ઓછું કરવા તરફ હજારો વધારે ધ્યાન આપવાની જરૂર છે.

૧૦. બાળમરણ વધારે હોવાથી સેક્ટોર જીવાત્માઓને ગર્ભવાસની યાતના ક્રોધ અમલી પડે છે.

૧૧. સાયન્સનો, જ્ઞાનનો, અને સમસ્ત માનવ પ્રવૃત્તિનો અંતિમ હેતુ મનુષ્યજાતની ઉન્નતિ કરવાનો અને તેને સુખી બનાવવાનો હોવો જોઈએ. સર્વથી સ્વીકારાયેલા આ સિદ્ધાંતને આધારે વિચાર કરતાં આપણી ભાવિ પ્રજા જે બાળકો તેમના મરણનું પ્રમાણ ઘટાડવા તથા તેમને દીર્ઘાયુ અને સુખી કરવા તરફ ખાસ કરીને આપણા શાસ્ત્રીય જ્ઞાનના અને અન્ય પરિશ્રમના પ્રવાહને વાળવાની અગત્ય સુરપદ રીતે જણાઈ આવે છે. ઔગ્ધ કવિ ચોપ કહે છે કે "The proper study of mankind is man."

૧૨. અન્ય દેશોમાં કુકરો, મરવાં, કુતરાં, અને ઘોડા જેવાં પ્રાણીઓની સંતતિ સુધારવાના અને તેમનાં અચ્ચંતું મરણ પ્રમાણ ઓછું કરવાના મહાન પ્રયત્ન ચાલુ છે. તો શું ભારતવર્ષનાં આર્ય બાળ સંતાનોની કિંમત વિચારતાં ઘોડાં કુતરાં જેટલીએ ન હોવી જોઈએ? અને જે હોયજ તો પછી આ વિષય તરફ જોઈએ તેટલું લક્ષ આપણે અર્પિત કેમ નથી અપાતું?

૧૩. વીશ પચીસ વર્ષ ચાલે તેવા કોઈ સારા 'મેકર'નું ધડીઆળ ખરીદી પછી તેને કોઈ અલુષ્ટ મૂર્ખ મોણુસ એક બે વર્ષમાંજ બાગી તોડી બગાડી નાંખે તો તે માણુસ જેટલો દીકાને પાત્ર મણુસ તેના કરતાં પણ ઈશ્વર કે કુદરતદેવી જેવા સર્વોત્તમ દેવી 'મેકર'ના હાથે બનેલું અને એક સો વર્ષ કરતાં પણ વધારે પખત ચાલે તેવી રીતે ધણપણું (શતે જીવેમ દારદઃ ધવાદિ) મનુષ્ય ચરીર (બાળક) તેનો એક બે વર્ષમાં, ચોક્કસ માસ કે દિવસમાં નાશ કરી નાંખનાર માઆપો કેટલી વધારે દીકા અને શિક્ષાને પાત્ર મણુસાં જોઈએ?

૧૪. " Unless ye become as little children ye cannot enter the kingdom of heaven " એવાં મહાત્મા ખ્રિસ્તનાં વચનો છે. તેથી આપણી બાલિ આશા ૧૫ બાળકોની સ્થિતિ સુધારવા આપણે પ્રયત્ન કરીશું તોજ આપણે આત્મસંતોષ, પુણ્ય, ઉત્તિ અને મોક્ષને પ્રાપ્ત કરવાને વધારે લાપક બનીશું.

૧૫. Modern Eugenics અથવા સંતતિ સુધારણુ શાસ્ત્રની તરફ પશ્ચિમી પ્રજાએનું આસ જેવાવા લાગેલું લક્ષ, અને તે શાસ્ત્રના તરફ આપણું પણ ધ્યાન ખેંચવાની જરૂર.

૧૬. કહે છે કે સિંહ બાર વર્ષ એક વખત મધ્યાગ કરી પ્રજા પેદા કરે છે, પરંતુ તે એવી સરસ નિવડે છે કે આખા વનની ઉપર રાજ્યાધિકાર પોતાના શાયે, બળ અને વર્ચસ્વી મેળવે છે. તેવીજ રીતે આપણા લોકોએ પણ અસ્પાયુષી અનેક બાળકો પેદા કરવાને બદલે સુંદર, સુંદર, સુવક્ષણી સંતતિ પેદા કરવાની કાળજી એક ધાર્મિક નૈતિક પવિત્ર ફરજ તરીકે રાખવી જોઈએ.

૧૭. પૂર્વના જમાનાના, અન્ય દેશોના, ગામડાના, બાળમરણના પ્રમાણ સાથે આપણા દેશના હાલના બાળમરણની સરખામણી કરતાં ઘણી મોંઘવનારી અને શોકપ્રદ હાલત માલુમ પડે છે.

કારણો.

૧૮. Educationist તરીકે આખા જગમાં પ્રસિદ્ધિ મેળવનાર એક મહાન પુરુષ કહી ગયા છે કે " બાળકની કેળવણીનો આરંભ વાસ્તવિક રીતે તેના જન્મ પૂર્વથીજ થવો જોઈએ." તેજ પ્રમાણે બાળમરણનાં કારણોની શોધ અને તે અટકાવવાના ઉપાયોની યોજના પણ બાળકના જન્મ પૂર્વેની અવસ્થાથીજ થવાં જોઈએ.

Prenatal Causes ગર્ભાધાન પૂર્વેનાં કારણો.

માતાપિતાની શારીરિક અયોગ્યતા (Physical Unfitness).

૧૯. In our civilized sedentary life he who would have good health must fight for it. Many people have the insolence to become parents who have no right to aspire to that dignity: children are born who have no right to exist; and skill preserves many whom nature is eager to destroy. શારીરિક અયોગ્યતા જેવી કે, બાળકમ, જલ્દલમ, કળેડાં, ગર્ભાધાન કાળે બળે અથવા બેમાંથી એકની રોગી અવસ્થા, એક બાળક ધાવણું હોય તેવામાં તે સ્ત્રીનું પુનઃ સગમાં થવું, વંશમાં ઉતરી આવે એવા બાલિના બીજવાણું વીધે યા રજતું હોવું, માતાપિતાનું બહુ આળસ (Sedentary) જીવન.

માતાપિતાની આર્થિક નાલાયકી.

૨૦. બાલિ સંતતિને યોગ્ય પોષણ, ખુલ્લાં હવા પ્રકાશ, સંભાળપૂર્વક બાળકને ઉછેરી શકાય તેટલો અવકાશ કે સ્વતંત્રતા, તેમજ ગર્ભાધાન પૂર્વે, સગમાંવસ્થામાં, તેમજ સ્તન-ધ્યાવસ્થામાં, માતાને યોગ્ય પ્રવિધારક પુરતો ખોરાક, સારાં હવા પ્રકાશ, તથા ઘટતો આરામ બરાબર મળે તેવી વ્યવસ્થા કરવા જરૂરી પેમાની સગવડ ન હોવી. અર્થાત આણી, કારખા-

નાઓ વગેરેમાં આરોગ્યને બગાડે તેવા સંબંધો વચ્ચે ભાવિ સંતતિને પેદા કરનાર સ્ત્રી પુરુષોને કશું પકડું ગદ્ગદૈતરૂં અને બાળકની યોગ્ય સંભાળ રાખવા જોઈતી નવરાશનો અભાવ હોય તેવી આર્થિક સ્થિતિ.

માતાપિતાની આનસિક નાલાયકી.

૨૨. સુદૃઢ, દીર્ઘાયુષી અને સારી સંતતિ કયા કયા નિયમો પાળવાથી પેદા થાય છે, અને બાળમરણનું મોટું પ્રમાણ હોવાનાં શાંશાં કારણો છે એ વિષેના જ્ઞાનનો અભાવ.

૨૩. માતાપિતા તરીકેની યોતાની જોખમહારી વિષે જ્ઞાન નહિ હોવું અને તેને પરિણામે રખાતી બેદરકારી.

માતાપિતાની દૃઢ્યની નાલાયકી.

૨૪. પતિ પત્ની વચ્ચે વિશુદ્ધ પ્રેમનો અભાવ, અને અનેક કારણોસર પ્રજા પેદા કરવા તરફ અણુગમો. તેવાં જ્ઞાન શરીરનાં જ લક્ષ્યોથી સંઘાયલાં સ્ત્રી પુરુષોથી થતી પ્રજા બહુધા અદ્યાયુષી નીવડે છે.

Gestative Influences or Causes એટલે કે ગર્ભાધાનથી આરંભીને

બાળકનો જન્મ થતા સુધીના કાળમાં બનતાં કારણો.

૨૫. સ્ત્રી બહુ પરિશ્રમિત, રોગી, કમતાકાત કે ઉત્સાહ વગરની હોય તે વખતે તેને ગર્ભ રહેવો.

૨૬. એક બાળક ધાવણું હોય તેવામાં જો સ્ત્રી સગર્ભા થાય તો કાંતો ધાવતા બાળકને ગુકશાન પહોંચે છે, અગર તો નવા રહેલા ગર્ભ (Fœtus) ને બરાબર પોષણ મળતું નથી.

૨૭. કેટલાક રોગોમાં, તેમજ કેટલાંક વ્યસનોના કેશમાં, તેમજ કેટલીક કામોત્તેજક દવાઓ અને વસાણાં કે બરમોના ઉપયોગથી આવેલા ક્ષણિક આવેશમાં અન્ય રીતે ક્ષીણ અને નિઃસત્વ પુરુષોને કોઈ કોઈ વાર સંભોગેચ્છા બહુ થઈ આવે છે, તેવે સમયે ઘટતી સાવધાનતા ન રાખવામાં આવે તો પરિણામે રોગી, વ્યસની, અને અદ્યાયુઃ પ્રજા જન્મે છે. In most cases conception is an accident and not a consumation devoutedly looked forward to; and therefore taking place not under ideal or hygienic conditions

૨૮. એક વખત ગર્ભ રજા પછી તેવી સ્ત્રીએ પ્રસૂતા થતા સુધી પુરુષસંગ કે વિષમ વાસનાનો સંપૂર્ણ ત્યાગ કરવો જોઈએ અને તેના પતિએ તેવા નિયમના પાલનને અનુકૂળ થવું જોઈએ તે સહાય કરવી જોઈએ. તેમ નહિ થવાથી પ્રજા રોગી, અદ્યાયુઃ, અને દુર્લભી થાય છે.

૨૯. મગર્ભા સ્ત્રીને યોગ્ય પૌષ્ટિક ખોરાક નહિ મળવો. તેને બદલે તીખા તમતમા અને પચવામાં મુશ્કેલ તેવા જડ પદાર્થોનું ચેવન; કંઠાસ, ત્રાસ, કે ગળ ઉપરાંત વૈતરૂં; માટી, કાલસા-કોપલા, ચાક, ખડી, જેવા પદાર્થોના મગર્ભોથી કરાતો ખાવામાં ઉપયોગ વગેરે.

૩૦. બીજા પ્રાણીઓનાં દુધ કરતાં સ્ત્રીનાં દુધમાં મોટા Iron નું પ્રમાણ ઘણું જ ઓછું હોય છે. તેથી કુદરતે એવી યોજના રાખી છે કે એક નીરોગ બાળકના શરીરમાં મોટા

Iron તું પ્રમાણુ પુખ્ત માણસના શરીરમાના લોહના પ્રમાણુ કરતાં ઘણું વધારે હોય છે. જો કે જેથી તે અનાજનો ખોરાક ખાતું થાય ત્યાં સુધી તેને લોહની ખોટ પડે નહિ. લોહ Iron નો આટલો ફાલતુ *Excess* જરૂરો તેને ગર્ભમા માતા તરફથી મળે છે, યા મળશે નોંધએ અને તે માટે સગર્ભા સ્ત્રીને લોહ Iron જેમાં વધારે પ્રમાણુમાં રહેલું હોય તેવી જાતના ખોરાકો પુરતા પ્રમાણુમા નથી મળતા તો બાળ સત્તાન નિર્મળ, પિડરાગી, અને અપાયુ જન્મે છે.

૩૧. અયોગ્ય ખાનપાન અને રહેણી કરણીથી તેમજ સગર્ભાવસ્થામા વિવિધવાસનાને સંભ્યા કરનાથી બાળકોતુ અતુરા કાળે (એટલે ૪૧ અઠવાડીયા અથવા ૨૮૭ દિવસ પુરા થયા અગાઉ) જન્મણુ આના બાળકો નાણુક અને રોગના જલદી ભોગ થઈ પડે તેમા હોય છે.

જન્મ પછીનાં કારણો.

૩૨. સુનાવડ વખતની જૂલો જેવી કે, પ્રસવની પીડા ઓછી કરના, પ્રસવનો સ્વાભાવિક કાળ ટુંકો કરવા અને બીજા કારણોસર લેનાતા ઉપાયો સુનાવડી માતાના રક્ત અને ધાવણુને દુષિત કરી બાળકની તદુરસ્તીને બગાડે છે.

૩૩. નાળ વહેલો કાપનાથી બાળકને બે ત્રણ ઐસ લોહી માતા તરફથી ઓછું મળે છે તેમજ નાળને બન્ને તરફથી બરાબર બાધ્યા વગર કાપનાથી કાતો માતા અગર બાળકના શરીરમાંથી થોડું વધારે લોહી નકામું વહી જાય છે.

૩૪. સુપાણીના હાથ, પ્રસવ વખતે ઉપયોગમા લેવાતી ચીજો, ઇત્યાદિ સ્વચ્છ અને જતુરહીત ન હોય તો પ્રસવ અને તેનું બાળક એરી (Septic) અસરને લીધે અનેક રોગોનાં ભોગ થઈ પડે છે.

૩૫. પ્રસવના નાણુક બાધાની અને નાની વયની હોય, અને બાળક જરા મોટા કદનું હોય તો પ્રસવ વખતે માતાને કટલીક જગાએ જખમ લાગે છે, યા ચામડી ચીરાય છે, તે વખતે ત્યાં પૂર્ણ સ્વચ્છતા અને સમાજ ન રાખવામા આવે, અગરતો ગર્ભાશયમા ફેરફાર બગાડતો ભાગ અણુપડ સુપાણીઓથી રહી જાય તો પ્રાસૂતિક જ્વર (Puerperal Fever) માતાને લાગુ પડે છે, અને તેનું ધારણુ ધાવનાર માળક પણ માફ પડે છે અગર તેનું ધાવણુ બાળકને ફાયદા ન ધરાવવામા આવે તોપણ માતાના કુદરતી ધાવણુની બાળકને બે ખોટ પડે છે તેથી તેના શરીરમા આરબથીજ રોગના બીજ રોપાય છે.

૩૬. પ્રસૂતિ પછી સ્ત્રી એકદરે બહુ અશક્ત બની ગયેલી હોય છે, અને હરીફરી કે બ્યાયામ લેઈ શકતી નથી તેવે સમયે ખૂબ ધી નાખેલ શીશુ પુરી કે સાપથી જેનો ખારે ખોરાક, તેમજ ચનાપા સિવાય એમને એમ ગળે ઉતરી જાય તેવી ધી નાંખેલી રાખ ડીનો ખોરાક ઘણેજ અયોગ્ય અને જરૂરામિતે બગાડી નાખનાર હોવા છતાં તેજ સુનાવડીને આપવાના રિવાજથી બાળકની તદુરસ્તીને હાનિ પહોંચે છે.

૩૭. સુનાવડીને ગદામા ગદા કપડા, ફટેલી ગોદડી, ઘુટેલો અને માકડ ચાચક જેમાં વધારે થવાનો સભાવ હોય તેવો માથો કે ખાટો, અને પેશાબ કે દસ્ત માટે મોરી કે ખાળની ચીજ સગવડ વિનાનો, પ્રમશ કે ચોક્ખી હવાના અભાવવાળો, ઘણીવાર મચ્છરોથી

બરેલો, ઓરડો આપવામાં આવે છે, અને બાળક બહાર કે ઉકળાટથી તેમજ પ્રસૂતા તેમજ બાળક બંનેનું આરોગ્ય બગડે છે.

૩૮. બાળકનું ગળું સુકાઈ જશે અગર તે જૂએ મરશે એમ સમજી જરૂર કરતાં વધારે ધવરાવ ધવરાવ કરવાથી બાળકની પાચનક્રિયા બગડી તેને શાન્ત, ગાદ, અને પુરતી નિદ્રા આવતી નથી અને રડ્યા કરે છે જેને માટે ખરા ઉપાયો કરવાને બદલે (ઉત્પાત્ક કારણે દૂર કરવાને બદલે) માતાઓ અપ્રીયુવાળી “બાળગોળી” અને બીજી દવાઓ, અને ઘણાં રસો બાળકને આપવાથી ખૂબીયે બરેલી જૂલ કરે છે તેથી બાળકના આરોગ્યને થતી હાનિ.

૩૯. બાળકને રમાડવા ખાતર, અગર તેને કેટલી બધી ઉધની જરૂર છે તે વિશેષ અજાનને લીધે, તેને રમાડ રમાડ કરવાથી, અથવા તેને તેડી તેડીને કરવાથી તેની નિદ્રા અસલ પહોંચવાથી બાળકમાં Nervous Restlessness એવેની, પાચનક્રિયાનો બિપ્લવ, ક્રિયાદિ થાય છે.

૪૦. Teething દાંત કુટવા. બાળકોના આરોગ્ય સંબંધીના કુદરતી નિયમોના ભંગથી બાળકને જ્યારે લીલા ઝાડા, ઉલટી, તાવ વગેરે થાય છે ત્યારે પોતાની જુવ શોધવાને બદલે માખણો જવાબદારીનો સર્વ બોજો દાંત કુટવાની ક્રિયા પર નાંખી દે છે. પરંતુ તેમને મન જીવવાની જરૂર છે કે “Teething is a purely physiological process and not a pathological or disease process and, therefore, under normal conditions should not be accompanied by any ailments.”—

J. H. Tilden. M. D.

દાંત કુટવાની ક્રિયા તદ્દન સ્વાભાવિક અને કુદરતી હોવાથી તે વખતે બાળકને કોઈ પણ એવેની થવી ન જોઈએ.

બાળકોના ઓરાક સંબંધીનાં પ્રકીર્ણ કારણો.

૪૧. બાળકોને પોતાની માતાનું ધાવણુ ન મળવું.

૪૨. સ્તનપાન (ધાવ)નું અયોગ્ય ખાનપાન અને અયોગ્ય ઇવન.

૪૩. બાળકની ઉંમર અને ધાવને સુવાવડ ગયાને સચેવી સુદત એ એ એક નહિ હોવાથી બાળકને તેવી ધાવનું ધાવણુ બરાબર મારક નહિ આવવાથી થતા રોગો.

૪૪. નીરોગી આપા કે ધાવ નહિ મેળવી શકનાર નમાયાં છોકરાં, તેમજ ધવરાવ ન શકે તેવી માતાનાં છોકરાંમાં બાળ મરણનું પ્રમાણ વધારે હોય છે.

૪૫. અનિયમીત રીતે અથવા હદ ઉપરાંત ધવરાવનું.

૪૬. જુદી જુદી ઉંમરે બાળકની જુદી જુદી જરૂરિયાતો ધાવજીની મારફત પુરી ન પડવી. દાખલા તરીકે નવા જન્મેલા બાળકને ખાસ રેમક ચણવાનું ધાવણુ પોતાની જાતી પડેલાં ત્રણ ચાર દિવસ જોઈએ છીએ. તેવું ધાવણુ નવપ્રસૂતાજ આપી શકે. બીજી ધાવને તેવું ધાવણુ આવતું નથી. તેજ પ્રમાણે જુદે જુદે સમયે જુદી જુદી જરૂરિયાતો જાન્યે હોય છે. તે સર્વ ઉત્તમ રીતે તો બાળકની નીરોગી માતાજી પુરી પાડી શકે.

૪૭. માતા કે ધાવ વગરનાં છોકરાંને ધાવણું કે જોડણું આપણું કંઈ નહિ કંઈમાં થતી નુકસાનકારક બેજસેજ.

૪૮. સ્તનધાની મારફત બાળકને મળતા ચરક સુશ્રુતે વર્ણવેલા “પારિગમિત રોગો” (સગર્ભા થયેલ સ્ત્રીના ધાવણથી બાળકને થતા રોગો).

૪૯. કૃત્રિમ ખોરાકો ઉપર બાળકને રાખવાથી ખેડવાં પડતાં જોખમો, અને થતાં તુક-સાનો. જેમકે, બાળક દોઢ વર્ષનું થાય તે પહેલાં Starch ‘સ્ટાર્ચ’ પચાવનાર “ટાયલીન” નામનું તત્ત્વ બાળકના યુકમાં નહિ જેવું હોવાથી ‘સ્ટાર્ચ’ તે પચાવી શકતું નથી. આથી આવી રિશતિમાં કોટ ચોખ્ખામાંથી બનેલા ખોરાકો બાળકને આપવાથી તેને હાનિ થાય એ સ્પષ્ટ છે. તેવીજ રીતે ઘણી જાતનાં Condensed Milk માં દુધ બગડી ન જાય તે માટે, તથા તે વધારે મવાઈવાળું જણાય તે માટે, તેમાં દવા અને રંગ નાંખવામાં આવે છે તે બાળકની નાજુક પ્રકૃતિને ધીરે ધીરે, અણદીકપણે, પણ અચૂક રીતે તુકશાન પહોંચે છે. જુદી જુદી જાતના કૃત્રિમ ખોરાકોનાં આવી રીતે તુકશાનો, જે પ્રજનો મોટો ભાગ જણુતો નથી તે વિસ્તારથી બતાવી શકાય.

૫૦. આઈસક્રીમ જેવી અતિ ઠંડી તેમજ બહુ ગરમ ગરમ પીવાની ચીજો બાળકની જઠર પર માડી અસર કરે છે.

૫૧. જ્યાં સુધી ઉપર નીચે જાને જડખાંમાં ખોરાક ચાવવાની દાહો બાળકને ન આવી હોય ત્યાં સુધી દુધ અને ફળોના રસ અગર બરાબર પાકીને ગળા ગયેલાં ફળોના પોચા ગર્ભ કે સારાં એ સિવાય બીજો ખોરાક તેને ન આપવો જોઈએ એવું કુદરતનું સ્પષ્ટ ફરમાન છે; તેનો અનાદર કરવાથી વિવિધ પ્રકારના વ્યાધિઓ બાળકને થાય છે.

૫૨. ખાંડના મધુ ઉપયોગથી બાળકના દાંતને તથા હાડકાંને થતી હાનિ અને થતાં શુભડાં, અગ્નિમાધિ વગેરે રોગો.

૫૩. બાળગોળાથી, અનેક તરેહની બાળકોને માટે તૈયાર મળતી ‘પેટ્ટ’ દવાઓથી, અને ‘બ્રાઇટ લેડ’ આદિ ઝેરી ચીજોનાં મિશ્રણવાળાં પાઉકરો બાળકના મુખપર લગાડવા-થી, થતાં ગંભીર તુકશાનો. “ If a child has even a fairly good constitution and is well cared for, it will be next to impossible to kill it, provided no drugs are administered. ” Dr. S. W. Dodds, M. A., M. D.

૫૪ બાળકને અપાતો દુષિત ખોરાક જેમકે અસ્વચ્છ આંચળમાંથી, કે અસ્વચ્છ હાથે કાઢેલું દુધ; ગંદા રોગી લતાઓ કે મહોલાઓમાં ઠંકવા વગર ઉપાડું રાખેલું હવાથી દુષિત થયેલું દુધ; જાનરમાં, નર્કમાં, હાથરોગીના બલગમ અને મુકાં આદિ પર બેસીને ખરડાઈ આવેલી માખીઓનું બાળકના દુધ વગેરે ખોરાક પર બેસવું અને તેવા દુષિત ખોરાકોના બાળકના પેટમાં પ્રવેશ.

૫૫. આડા, માપી, બ્યવહારથી ઉત્પન્ન થયેલાં ત્વચ દવાયલાં બાળકો, તેમજ દુકાળી-યાં નિરાશ્રિત બાળકો સ્વાભાવિક રીતે નિર્મળ હોઈ તેમનામાં બાળમરણનું પ્રમાણ વધારે હોય છે.

૫૬. જે સ્ત્રીઓમાં પહેરામણી બહુ આપવી પડે છે તે સ્ત્રીઓમાં ગરીબ માખીઓને ત્યાં જન્મતી કન્યાઓ સરકારના સખત જપતાને લીધે ‘કુખીલી’ કે ‘કુખીલી’ હવે થતી નથી તો પણ હજી તેમને બહુધા એટલી બેદરકારીથી ઉછેરવામાં આવે છે કે તેમનામાં મરણ પ્રમાણ લાંબું જ હોય છે.

૫૭. પુરતી સ્વચ્છતા કે હવાની અવરજવર (વેન્ટીલેશન) વગરનાં, તેમજ ભોજવાળાં ઘરોમાં બાળકોને ભોંય પર પથારી કરી સુવાડવાથી તેમને ગંભીર નુકશાન થાય છે. કારણ ઉપર કહ્યાં તેવાં સ્થળોએ જમીનની પામે “ કાર્બોનિક એસીડ ગેસ ” નામના ઊંચી વાયુનું પ્રમાણ ઘણું હોય છે, તેમજ અસ્વચ્છતાને લીધે થનાર ચાંચડ અને રોગજનક જંતુઓ તથા હવામાં ઉડતાં ધૂળનાં રજકણો બહુ વધારે હોય છે જે સામાન્ય માણસને ખમર પણ ન પડે તેવી રીતે બાળકની તંદુરસ્તીને બગાડે છે.

૫૮. બાળકોને માથા પર ધખો મારવાથી થતું ભારે નુકશાન. “ Don't strike a child on the head. The brain is a great nervous reservoir where all the nerves centre, and a blow here may kill it outright or make it idiotic.”

Dr. E. B. Foote, M. D.

૫૯. કાન પર જોરથી લપકાક મારવાથી પણ ઘણુંજ નુકશાન થાય છે, કારણ કે ધણી વાર તેથી કાનની અંદરનો પડો તુટી જઈ બહારાશ આવે છે એટલુંજ નહિ પણ બીજાં પણ ગંભીર નુકશાનો થવાનો સંભવ રહે છે.

૬૦. બાળકને સોડી તથા ચાણુકોનો માર ન મારવો. કારણ સૂક્ષ્મ રક્તવાહિનીઓની ક્રિયા અને તેની અંદર ચાલતું રૂધિરાભિસરણ બગડી જાય છે.

૬૧. ભૂત, પ્રેત, ચોર, હાકની વાતોથી નાના બાળકને બહીરણું જોઈએ નહિ. કારણ તેમ કરવાથી તાણુનો રોગ, ગાંડપણ અને કવચિત્ત મરણ પણ નિપજે છે.

૬૨. માથાપોની કેટલીક હાનિકારક રૂઢિઓ, જેવી કે, ઉંઘતા બાળકનું મોંદું ઠાંકું. આમ કરવાથી તેના પ્રધાસમાં નિકળતી ઊંચી હવા ફરી ફરીને કેટલાક પ્રમાણમાં તેના શ્વાસમાં પાછી જઈને નુકશાન કરે છે. આવી બીજી પણ ઘણીક રૂઢિઓ છે જેનાં નુકશાનોનું વર્ણન અને અનુક્રમણિકામાં થઈ શકે તેમ નથી.

૬૩. સોજાત્રીઓ, પિત્તાઈઓ અને નજીકનાં સગાંના લક્ષથી પેન થતી પ્રત્નમાં અંધાપો, બધિરત્વ, મગજની નબળાઈ, અને અન્ય શારીરિક માનસિક ખામીઓ બહુ પ્રમાણમાં હોય છે એવો આખો દુનિયાનો અનુભવ છે, અને વિદ્વાનોનું પણ તેમજ કહેવું છે.

૬૪. બાળકોને કેવી રીતે ઉછેરવાં તે સંબંધી અતિ ગાઢ અત્તાન માતાઓમાં હોવાથી તેઓ જે અનેક ભૂલો કરે છે તેનાથી તેમનાં બાળકોને થતું નુકશાન.

૬૫. ખોટા વહેમ, જેવા કે, કોગળાંનું કે મહામારી, શિતળા વગેરે રોગોમાં સર્વ પ્રકારના ઉપાયો વર્ણ છે એવી વહેમી, હાનિકારક, માન્યતાને પરિણામે ઘણી વાર ચોખ્ખ અને વખતસરની સારવારના અભાવે નિષ્ફળતાં મરણો.

૬૬. ઘરમાં ડોસા ડોસીઓ અને રોગીઓની ભેગાં એકજ પથારીમાં બાળકને સુવાડવાથી બાળકને ઘણી રીતે બહુ નુકશાન થાય છે.

૬૭. સુરોપિયન બાળકોની માફક આપણાં બાળકોને ગામમારણે, યા મોટા બામમાં, અથવા નદી કે દરીયા કિનારે, ખુટી હવામાં, ફરવા સેધ જવામાં આવતાં નથી. તેમજ તેમને વિવાચતી બાળકોના જેટલી સ્વચ્છ હવા કે પ્રકાશ અને કપડાં ઘરમાં પણ બરાબર મળતાં નથી, તેથી થતી હાનિ.

૬૮. Anti Vaccination League નામની એક મહાન વિદ્વાન મહિલા સમગ્ર સભ્ય જગતમાં હાલમાં કામ કરી રહી છે, તેના જણાવવા પ્રમાણે 'વેક્સીનેશન' કે શીતળા કઠાવવાથી ઘણાંક બાળકોનું અકાળે નિષ્પ્રયોજન મરણ નિપજે છે, અગર તો તેમને રક્ત-પિત્ત, ક્ષયરોગ, સિફિલીસ જેવા ગંભીર રોગોનો ચેપ ખીભાઓની પાસેથી વેક્સીનેશનની રસી મારફત લાગે છે. આ મતને મી. હરબર્ટ સ્પેન્સર, ડૉક્ટર સર આર્થર રસેલ વૉલેસ આદિ અનેક જગવિખ્યાત, કલાકાર પુરોના મતનો ટેકો છે. અર્થાત આ પણ એક જો કે હજી વિવાદાસ્પદ છતાં નિષ્પક્ષપાત રીતે વિચારવા જેવી વાત છે.

૬૯. તીવ્ર રોગો જેવા કે સખ્ત તાવ, તાણુ, આંચકી વગેરેના યોગ્ય ઉપચારના અભાવે બાળમરણનું પ્રમાણ વધુ હોય છે. -

૭૦. અકસ્માતો, જેવા કે, બાળકનાં કપડાં સળગી ઉડવાથી કે અન્ય રીતે તેનું દાઝું, વાગડું, પડી જવું, ઉધતી માતાના પડખામાં સુતેલા બાળકનું ચગદાઈ જવું, સુતે સુતે ધવ-સાવતી માતાનું હાથી જવું અને તેવી સ્થિતિમાં ધાવતા બાળકના મુખ અને નાક પર માતાનો સ્તન દબાવાથી નાનાં બાળકનું યુગળાઈ મરી જવું, વગેરે.

ઉપાયો,

બાળમરણ અટકાવવા યા ઓછાં કરવાના.

૭૧. " If half the thought and sentiment that are spent on the subject of death, were bestowed on the practical duty of strengthening, lengthening, and enobling life, we should be more fit to live worthily and die contentedly."—Horriet Martineau.

ઉપાય—ઉપર જણાવેલાં દરેકે દરેક કારણને દૂર કરવાના વ્યવહાર, કાર્યસાધક, Practical ઉપાયોનું વિવેચન બાપચુ કે નિર્ણયમા થઇ શકે. ઉપાયો એના વર્ણવવામાં આવે કે જે ગરીબ કે સાધારણ સ્થિતિનાં મનુષ્યો પણ ધારે તો આચારમાં મૂકી શકે.

૭૨. Propaganda બાળમરણ ઓછું કરવાનો 'પ્રોપેગેન્ડા' બરાબર રીતે કેમ કરવો તે સંબંધીની અગત્યની સૂચનાઓ.

૭૩. ઉપસંહાર.

પૂર્વેના અને હાલના આપણા જીવન વિષે
અલ્પ વિચાર.

(લેખક:—ત્રી.)

આ સદિ ઉત્પન્ન થયાને અગણિત વર્ષો થયાં છે. સહિના આરંભ કાળમાં મનુષ્ય પશુ પક્ષી ને પ્રાણીનાં શરીર ઘણાં મોટાં ઉંચાં અને બળવાન તથા દીર્ઘાયુથી હતાં એમ પૂર્વના ઇતિહાસથી અને હાલમાં જમીન અને સમુદ્રના ખડકોમાંથી મળી આવતાં પ્રાણીઓ અને મનુષ્યોનાં હાડપીંજર ઉપરથી ખાત્રી થાય છે. ચાલુ જમાનાનાં પશુ પક્ષી પ્રાણી અને મનુ-

ધોની તેમની સાથે સરખામણી કરતાં આસમાન જમીન જેટલો તદ્દાવત આપણને મારૂમ પડે છે. આમ થવાનું કારણ પુરાતન કાળમાં તેઓનું જીવન કુદરતી હતું અને હાલનું જીવન અકુદરતી છે એમ કહ્યા વિના ચાલતું નથી. આપણી રહેણી કરણી અને રીત ભાતમાં પણ ઘણો તદ્દાવત પડી ગયો છે, આપણે પુરાતન કાળનાં શાસ્ત્રો તપાસી શું તો તેમાં તે સમયમાં મોટાં મોટાં વનો, ઉપવનો, જંગલો, નદીયો, નાળાં, સરોવરો, હતાં એમ જણાય છે; અને મનુષ્ય જાત અને પશુ પક્ષી ઇત્યાદિને માટે તે સમયમાં પુષ્કળ ફળ, ફુલ, ધાસચારો, અને શુદ્ધ જળ ઠામે ઠામ મળી શકતું હતું. અનેક પર્વતો અને જંગલ કે વનનાં વૃક્ષોને લીધે શુદ્ધ હવા જ્યાં જોઈએ ત્યાં મળી શકતી હતી. વૃક્ષો અને પર્વતોના આકર્ષણને લીધે ચોમાસામાં વરસાદ પણ સુશળધાર વરસતો હતો. જેથી અનેક જાતના વેલાને વેલીઓ અને ફલવાન વૃક્ષો લીલાં છમ ફળેલાં અને નેત્રને આનંદ આપે તેવાં દ્રષ્ટિગોચર થતાં હતાં. નદી, નાળાં, સરોવરો, અને તળાવો, વગેરે જળથી પૂર્ણ ભરેલાં રહેતાં હતાં. આ જગતનાં પ્રાણી અને વૃક્ષોના જીવનનો મુખ્ય આધાર નિર્મળ જલ, સૂર્યનો પ્રકાશ, ચોખ્ખી હવા, અને શુદ્ધ ખોરાક ઉપર રહેલો છે તે વસ્તુનો તે વખતે ટોટો નહોતો એટલે મનુષ્ય, પશુ, પક્ષી, અને પ્રાણીઓનાં શરીરો કદાવર, બળવાન, અને નીરોગી હોય એમાં જરા પણ સંશય નથી. મનુષ્ય જાતની વસતી અને લાલસા અત્યંત વધવાથી જંગલો, વનો, અને ઝાડીઓનો નાશ થઈ ગયો છે, દેરાને જનવરોને ચરવાનાં ઘાસનાં બીડા ખેંચાઈ ગયાં છે, અને તે જગોએ ગામો અને શહેરો વસેલાં છે. મોટાં ન્યુયૉર્ક જેવાં શહેરોમાં જ્યાં ઘણીજ વસતી વધી ગઈ છે ત્યાં રહેવાને જગા ન મળવાથી ૪૦-૪૫ મજલાનાં બંધ મકાનો બંધિવામાં આવે છે તે સ્થળે નીચાં મકાનો માફક સૂર્યનો પ્રકાશ કે શુદ્ધ હવા ક્યાંથી મળે ? આપણા દેશમાં મુંબાઈ શહેરના કેટલાક ઉંચા માળાઓમાં જઈ જોશો તો ત્યાં સૂર્યના પ્રકાશને બદલે અંધકાર જણાશે, અને શુદ્ધ હવાને બદલે ઉલટી ગંદી હવા આવતી હશે. મોજશોખના પદાર્થો અને ફેશન વધી ગયાં છે. હજારો એકર જમીનમાં તમાકુનું વાવેતર થાય છે, સંખ્યાબંધ એકર જમીનમાં દ્રાક્ષ જેવાં ફળો વવાય છે અને તે ફળો મનુષ્યના કે જનવરના ઉપયોગમાં ખોરાકમાં ન આવતાં તેનો દારૂ બનાવવામાં ઉપયોગ થાય છે. અમેરિકામાં લાખો એકર જમીનમાં મકાઈ જેવા અનાજનું વાવેતર થાય છે અને તે અનાજથી કુકરો અને બાજીને ઉછેરી પુષ્ટ કરવામાં આવે છે અને તેનો કતલખાનામાં માંસ કાઢવાના કામમાં ઉપયોગ થાય છે. આ પ્રમાણેની સ્થિતિને લીધે મનુષ્ય જાતને ખાવાને પેટપુર અનાજ, તેમ જનવર કે પશુ પક્ષીને ચરવાને ઘાસ પાલો કે જળ ફુલ પણ મળી શકતાં નથી. એટલુંજ નહિ પણ તેમને રહેવાની શુક્રાઓ ઝાડી કે સ્થળો પણ રહ્યાં નથી. જંગલ ને ઝાડોનો નાશ થવાથી વરસાદ પણ બરાબર વરસતો નથી ને ચોખ્ખી હવા મળતી નથી. નદાવા ધોવાને પીવા માટે કુવા નદી અને તળાવનાં પાણી પણ ચોખ્ખાં મળવાં કઠીણ થઈ પડ્યાં છે. અનાજ અને બાજીપાલો પણ મેંધાં થઈ ગયાં છે. ગાયો બેશોનાં દુધ દહીં, છાશ, માખણ ધી જેના ઉપર મારૂસ જાતના જીવનનો આધાર ગણાય છે તે ગામે ગામ ને શહેરે શહેર દુધના સંચા થવાથી દુધમાંથી મલાઈ કાઢી લેતાં બાકી રહેલું “ સેપરેટ ” “ કેસીન ” કરવામાં વપરાય છે, જેથી નિર્મળ દુધ, દહીં, છાશ કે માખણ શોધ્યાં જડતાં નથી. ધીની પણ ઘણી મોષવારી થઈ છે. આ બધાં કારણો ને અયોગ્ય ખાનપાન તથા વર્તનને લીધે ઘેર ઘેર અનેક મનુષ્યો રોગથી પીડાતાં ને યુવાવસ્થામાં મરણ પામતાં નજરે પડે છે. અને પ્રાતઃકાળથી માંડી અગીયાર વાગનાં સુડી

શ્રીકાલજ્ઞાનમ્.

[અનુસંધાન ગતાંકના ૫૪ ૨૧૬.]

(સંગ્રાહકઃ પંડિત ભોજાનાથ શર્મા.)

મરિચં વિપ્પલો ચૈવ સુંદો કાયકલં તથા ॥

एतेषां दीयते नासः कफज्वर विनाशनः ॥ ७९ ॥

અર્થઃ—કાલાં મરી, ગઠોડા, સુંદો, કાયકળ, એટલાં આપધોનો નાસ આપવાથી કફ-જ્વર વિનાશ પામે છે.

વિવેચનઃ—આપધોઓને એક માટીની માટલીમાં નાંખી તે માટલી લગભગ પોણા ભાગની જળથી ભરી દહાડવી. પશ્ચાત્ તેને ખૂબ અગ્નિ ઉપર તપાવવી કે અંદરના ભાગમાં રહેલું જળ ઉકળી જાય. ઉકળતી વખતે જળ ઉપર દાંડણી દાંડી રાખવી. ઉકળી રહ્યા પછી નીચે ઉતારી દાંડણી ઉતારી લઇ માટલીની વરાળ શરીર ઉપર લેવી. વરાળ લેતી વખતે આંત્રુ બાંત્રુ શરીર ઉપર પીછાડીઓ એક બે સામટી ઓઢવી. બ્યારે પસીનાથી શરીર ખૂબ રેલાવાળું થાય ત્યારે ઓઢેલા પછેડા દહાડી નાખી શરીરને હુંછી નાખી સુષ્ક જવું અને ઉપર ગોઢી ઓઢવી ને આશરે અર્ધો કલાક સુષ્ક જવું. આમ કરવાથી શરીરમાં રહેલો રોગ પસીનાદ્વારા નિકળી જાય છે. આ પછુ એક ઉષ્ણ જળ બાષ્પસ્નાન છે. આ પ્રકારના પ્રયોગો અનુભવી વૈદો કરાવે છે, જેથી સર્વ પ્રકારના જ્વરો નાશ પામે છે. તેમાં પણ કાળજીન દહે છે કે કફજ્વર માટે આ ખાસ ઉપાય છે. ॥૭૯॥

कफवात पित्तवात सन्निपातश्च कामलः

मधूकसार नस्येन श्लेष्म दोषादि नश्यति ॥ ८० ॥

અર્થઃ—કફજ્વર હોય અથવા વાતજ્વર હોય અથવા પિત્તવાતજ્વર હોય કે સન્નિપાત જ્વર હોય અગર ચાહે તે જ્વર હોય પણ જેઠીમઘના કાપ્તો બૂંદો કરી તેનો ઉપર પ્રભાજે નાસ આપવાથી સર્વ પ્રકારના જ્વર વિનાશ પામે છે. ૮૦.

तिल तैलेन योंदेही गात्राभ्यंगं करोति यः

तस्य विनश्यते स्पष्टं विषं स्थावरजंगमं ॥ ८१ ॥

અર્થઃ—જો દર્દીને સ્થાવર અગર જંગમ હરોડાં પ્રકારનું વિષ શરીરે વ્યાપ્તિ થયે પરિણમ્યું હોય તો તેલના તેલવડે અભ્યંગ સ્નાન અર્થાત્ ઉષ્ણ જળ સાથે ખૂબ માલિસ પૂર્વકનું સ્નાન કરવાથી તે વિષ વિલય પામે છે. ૮૧.

अंकुल मूल पानेन वेदना घात हारिणी ।

विषं निर्विषतांयाति कष्टं याति रसातलं ॥ ८२ ॥

અર્થઃ—અંકુલ નામનું ઝાડ હાય છેઃ તેનું મૂળ પાણીમાં ધરીને દરરોજ પીવડાવવાથી વાતજ્વરનાત પીડા વિનાશ પામે છે અને સર્વ પ્રકારનું વિષ નિર્વિષતાને પ્રાપ્ત થાય છે. વિષ અને વાત રોગનું કષ્ટ સ્માતળમાં ચારુ જાય છે અર્થાત્ રોગીને આરામ થાય છે. ૮૨.

વમનં કફ નાશાય વાત નાશાય મર્દનમ્

સ્નાનં પિત્ત વિનાશાય જ્વર નાશાય હંધનમ્ ॥૮૩॥

અર્થ અને વિવેચન.—કફનાં તમામ દર્દો જેવાં કે ઉધરમ-સળેખમ-ક્ષય આદિક

ઉત્પન્ન થયાં હોય તો તે સર્વના માટે સરલમાં સરલ ઉપાય વખત-ઉપડી છે. આ માટે ગમ-કરણી ક્રિયા જે યોગમાં જાણવેલી છે તે ઘણી ઉપયોગી અથવા ઉજ્જ્વળ જાણ સાથે મીઠું તથા સુંક શાકીને પણ ઉત્તરી કરવામાં આવે છે. તેમજ વાયુનાં તમામ દરદોમાં સરલમાં સરલ ઉપાય શરીરનું મર્દન છે. સુંકી અગર નાશાયણ તૈલાદિક લાધને શરીરે ખૂબ મર્દન કરવું. પિત્તના તમામ રોગો માટે ઉજ્જ્વળ જળવડે અથવા તો પત્થ આવે તો શીતળ જળનું સ્નાન કહેયું છે. અને સર્વ પ્રકારના જ્વરો માટે લંધન-ઉપવામ એ સર્વોત્તમ ઉપાય છે. ॥૮૩॥

હવે દરદોનાં આદાન અને નિદાન બતાવે છે.

ન વાતે ન વિના પીઠા ન છર્દિ રસવર્જિતા ।

ન પિત્તે ન વિના દાઘો ન મૃત્યુઃ શ્લેષ્મ વર્જિતઃ ॥ ૮૪ ॥

અર્થ અને વિવેચન.—વાયુ વિના અગમાં પીઠા થતી નથી. રસવિકાર વિના

અંગમાં છર્દી થતી નથી. પિત્તરોગ વિના શરીરમાં ધામ-અશરો-થતો નથી. અને શ્લેષ્મ-એટલે કફરોગના બિગાડ વિના મૃત્યુ પ્રાપ્ત થતું નથી. ॥ ૮૪ ॥

નેત્રપરીક્ષા.

વાતરુક્ષાઽશિતા દષ્ટિઃ રક્તા પીતા ચ પિત્તલા

શ્લેષ્મણિ સજલા ચૈવ હરિદ્રાભા જ્વરોદ્ગમે ॥૮૫॥

અર્થ—વાયુ રોગવાળાની દષ્ટિ શુષ્ક તથા ગરમ રહે છે. પિત્તરોગમાં લાલ અને પીળી રહે છે. કફ રોગવાળાની નજર જળ ભરેલી રહે છે, અને પ્રાયઃ જ્વરના આગમન સમયે હળદરના જેવા રંગવાળી રહે છે. ૮૫ ॥

અત્યુષ્ણં હરતિ ઘટં અતિશીતં મારુત પ્રક્રોપ મુપચાતિ ॥

અતિ લવણમ ચક્ષુષ્યં—નિઃસ્નેહં દુર્જરં ભવતિ ॥ ૮૬ ॥

અર્થ—ભોજન વિચાર-અતિ ગરમ ભોજન જે માણસોને જમવાની ટેવ પડી જાય છે તેઓને પરિણામે અતિ અલક્ષીય થઈ જાય છે. અતિ શીતલ વાયુના પ્રક્રોપવાળું થાય છે. અર્થાત્ અતિ ઠંડું ભોજન વાતરોગ ઉત્પન્ન કરે છે. અતિશ્ચાર પદાર્થોનું સેવન કરવાથી ચક્ષુને ઘણા રોગો ઉત્પન્ન થાય છે. અને જેનું સત્વ ઉડી ગયું છે એવું ભોજન જમનારને નાના પ્રકારના જ્વરો ઉત્પન્ન કરે છે.

પીઠા શોષો પવન જનિતો પૈત્તિકે લાપ મૂર્છા

કંઠુષા સ્તૌ કફ પરિભવે દ્વાઘરૂપોમલશ્ચ

દ્વિકા છર્દિદઢ મિથુન તો વાત પિત્ત સ્થન્યૂનં

તૂપપ્રસ્વેદા કબિરનિલગઃ શ્લેષ્મણસંગરૂપાત્ ॥ ૮૭ ॥

અર્થ—પવન જનિત રોગોમાં પીઠા અને શોષ થાય છે. પિત્ત રોગના નિકારમાં લાપ

અને મૂર્છા ઉત્પન્ન થાય છે. ૬૬ રોગમાં મધ્ય મંથ્ય થાય છે અને હાથ પાશુ થાય છે અને તિવ મિથુન ભાવ થવાથી વીરિક્ષય થઈ સરીરમાં રહેલા યોગ્ય અનરથાવાળા પિત્તમાં એ હાયક વાતમાં વિઘટિત પેદા થાય છે. તૃષા અને પ્રસ્વેદ અશ્વિ એ ત્રણ લક્ષણો ૬૬ રોગમાં ઉત્પન્ન થાય છે. ॥ ૮૭ ॥

ચામ મધ્યેન મૌઞ્ઞ્યં ચામ યુગ્મં ન લંબયેત્

ચામ મધ્યે રસોત્પત્તિઃ ચામ યુગ્મેચ્છલ્લય. ॥ ૮૮ ॥

અર્થ—પ્રથમ પ્રદરના મધ્ય ભાગમાં જમવું નહીં તેમજ એ પ્રદર વહી ગયા પછી જમવું નહીં. પ્રથમ પ્રદરના મધ્ય ભાગમાં જમનાર શેકેલે રસરોગો ઉત્પન્ન થાય છે અને એ પ્રદર વહી ગયા પછી જમનારના બળનો ક્ષય થાય છે ॥ ૮૮ ॥

તૃપિતૈ નં ચ મુંજીત ક્ષુધિત ન જલં પિવેત્ ॥

તૃપિતસ્ય ભવેદ્ગુલ્મઃ ક્ષુધિતસ્ય મગન્દરઃ ॥ ૮૯ ॥

અર્થ—તૃષાપુર માણસે અન્ન જમવું નહીં. તેમજ ક્ષુધાવંતે પુરશે જળ પીવું નહીં તૃષાવંતે પુરશે જળપાન કરવું નોખજે. ક્ષુધાતુર માણસે અન્ન જમવું નોખજે. આમ જ્યાં તૃષાવંતે જો અન્ન જમે છે તો તેને યુક્ત રોગની ઉત્પત્તિ થાય છે અને ક્ષુધાવંતે જો જળપાન કરે છે તો તેને ભ્રમંદર રોગની ઉત્પત્તિ થાય છે. ॥ ૮૯ ॥

પિત્તં પંગુઃ કફઃ પંગુઃ પંગવો મલ ધાતવઃ

વાયુના યત્ર લયિંતે તત્ર ગચ્છન્તિ મેઘવત્ ॥ ૯૦ ॥

અર્થ—પિત્તરોગ પાંગળા માનવ સમાન નિર્બળ છે. ૬૬ રોગ પાંગળા સમાન નિર્બળ છે તેમજ મગ અને ધાતુઓના રોગો પણ નિર્બળ છે. વાત પ્રક્રિય જે તરફ અર્થાત્ સ્થા સાધ્યભાવ તરફ આધો જાય તે તરફ સર્વ ઉપરના પિત્ત-૬૬ અને ધાતુઓના રોગો સ્થાયી જાય છે જેમ વાયુ પાછળ મેઘ આસ્યા જાય છે ॥ ૯૦ ॥

દેશકાલ વયો વહ્નિ સામ્યં પ્રકૃતિ મેષજં

દેહ સત્યચલ વ્યાધાન્ દ્રણ્વા કર્મ સમાચરેત્ ॥ ૯૧ ॥

અર્થ—દેશ-રોગ-કાલ-અભિજન-સરીરની સામ્યતા અર્થાત્ યોગ્યતા પ્રકૃતિ-કર્મ-દેહ-ઔષધોપચાર-સત્યતા-રોગ આટલા તત્વોની અરોગર ઔષધોપચાર લઈને ઔષધોપચાર મેષ-દેહ-ઔષધોપચાર કેટલું કામ કરી શકે છે ?

ચિકિત્સિતં રોગ વિનાશનાર્યમ્

ચિકિત્સિતં ધર્મ વિવર્ધનાર્યમ્

ચિકિત્સિતં ચો ખય લોક હેતુકમ્

ચિકિત્સિતાજ્ઞાસ્તિ તપઃ પરં ચ ॥ ૯૨ ॥

અર્થ—ઔષધોપચાર રોગ નિવારણ માટે છે. ઔષધોપચાર ધર્મની શક્તિ પ્રદાન કરે છે ઔષધોપચાર આ અને પર એમ બંને લોકના સુખના સાધનરૂપ છે. ઔષધોપચાર જેનું પુણ્યમય તપ નથી ॥ ૯૨ ॥

વિવેચન—આરોગ્ય એ સર્વ સુખનંતરુ મહાન સત્ છે. ત્યારે તરીકે શી રીતે આરોગ્ય મેળવી શકાય છે ?

માણવા લાયક હું નોંધ.

(સચાહક: રા. રા. મગનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી, મુંબાઇ.)

- ઈંગ્લાંડે એંકડે ૮૨ લાકાઇઓમાં ન્યં મેળવ્યો છે !
- લકાઇ પૂર્વે લંડનની લોકસંખ્યા દર સાલ ૭૦૦૦૦ વધતી હતી.
- લકાઇ પૂર્વે ખુદ ગ્રીસ દેશ કરતાં તુર્કિસ્તાનમાં ગ્રીકો વધુ હતા.
- યુરોપમાં સૌથી વધુ ખૂત ઇટાલીમાં; અને આપધાતો રશિયામાં થાય છે.
- લંગડો માણસોમાંથી એંકડે એંશી હાથે પગે લંગડાં હોય છે.
- યુરોપમાં ખ્રીસ્તોદર કોર્બનસના હાથની સહીની કીમત ૮૦૦૦ રૂપિયા આવે છે.
- જાપાનની દરેક નિશાળમાં ઇંગ્રેજ બાપાતું શિક્ષણ ફરજિયાત છે.
- હાલ સુરેનો જેટલો પ્રકાશ પડે છે તેટલો પડવાને ૬૮૦૦૦૦ પૂર્ણ ચંદ્ર એકન થવા જોઇએ !
- (લકાઇની હાનિ બાદ કરીએ તો) હાલની વૃદ્ધિ પ્રમાણે ૨૬૦ વર્ષમાં પૃથ્વીની લોક સંખ્યા હાલના કરતાં બમણી થશે.
- ટેલીફોનના તારોના સાનિધ્યથી વીજળી પડવાનો ભય કમી થાય છે.
- લકાઇ પૂર્વે હથિયારો કરતાં રટીલપેનો બનાવવામાં પોલાદ વધુ ખપતું !
- હાલમાં ઇંગ્રેજ બાપા ૧૨ કરોડ ૫૦ લાખ માણસ યોસે છે, અને સ્ત્રીની ૪૦ કરોડ.
- ધૂમકેતુની ઉષ્ણતા હાલ સુર્ય તપાનેલા લોખંડ કરતાં બે હજાર ગણી વધુ હોય છે.
- લંડનની ૨૫ શાળાઓમાંના ૮૦૦૦ છોકરાઓના ડોળા તપાસતાં તેમાં કેવળ સેંકડે ચાળીસની દૃષ્ટિ નિર્દોશ માલૂમ પડે છે.
- જમણજીવું સૌથી જૂનું ઝાડ એટલા પવિત્રની તળેટીમાં છે. તેનો ઘેરાવો ૨૧૩ ફુટનો હોઇ તે ૨૦૦૦ વર્ષનું જૂનું કહેવાય છે.
- ઈ. સ. ૧૭૯૧—૧૮૧૩ સુધીમાં ફ્રેંચ સરકારે એકંદરે ૪૫૫૬૦૦૦ માણસ લશ્કરમાં રાખ્યું હતું; પણ તેમાંથી પોણા ભાગ લકાઇમાં માર્યું ગયું.
- યુગિનીમાં એક એવું ઝેરી પક્ષી છે કે જેનો કામ લાગતાં પ્રથમ આખા શરીરમાં કમતર થાય છે, પછી આંખો જાય છે, પછી વાચા જાય છે, પછી દાન જાય છે, અને ત્યારબાદ આંકડી આવી, પછી પ્રાણ જાય છે.

મીસ મેરીયા ફ્રેન્સ્ટર નાંમની એક કુમારિકા મરણ પામી છે જેણે પોતાની ૧૦૧ વર્ષની-ઉંમરમાં છ રાજ્યોનાં રાજ્ય જોયાં હતાં. તે વીસ વર્ષની હોતાં એક સેનિકપર તેનો પ્રેમ બંધાયો હતો, પરંતુ કમનસીબે ઉવટપક્ષે તે સેનિકના એક બંધુનો તેના પર પ્રેમ જાગ્યો હતો! આથી તે વખતના રિવાજને અનુસરી આ કુમારિકાનો પ્રેમ છૂતવા બેઠો સ્પર્ધા બંધવોમાં હાર મુક થયું જેમાં એ જાણતો પ્રેમી મરણ પામ્યો. આથી પોતાના શુદ્ધ પ્રેમની સાખીલી તરીકે તે આજન્મ કુવારીજ રહી હતી! બાદ પ્રીત્યર્થ થયેયુ આ હાર મુક પણ ઇંગ્લાંડમાં છેવટનું હતું!

વૈધક નોટ્સ.

(લેખક. રા. રા. મગનલાલ માણેકલાલ ઝરેરી.)

કળજ્યાત કેમ દૂર કરવી ?

કળજ્યાતવાળા માણસે પોતાના આહાર સંબંધી વિચાર રાખવો જોઈએ. આંતરડાંનાં રનાયુઓને સક્રિયવાને વાસ્તે કાંઈ ચીજ એવી હોવી જોઈએ કે જેની ઉપર તે સક્રિયાર્થ શકે, અને તેથી માણસે શાક ભાજ, ફલ રોટલી, આદિ એવી ચીજો ખાવી જોઈએ કે જે રેસાવાળા પદાર્થ બાકી રાખે અને આંતરડાંમાંના મળતું કદ વધારી શકે. વળી નિયમિત વ્યાયામની, પુષ્કળ હવાનો આસ લેવાની, પુષ્કળ પાણી પીવાની—ખાસ કરીને જેના હૃદય અને મૂત્રાશય મજબૂત હોય તેણે સવારના પ્હોરમાં એક ગ્લાસ દહુ પાણી પીવાની—પણ જરૂર છે.

સારાંશ કે દવાઓ કામમ લેવી એ જાહુ હાનિકારક છે. દરેક માણસ કેટલીકવાર કળજ્યાતથી પીડાતો હોય છે. એનાં અનેક કારણો હોય છે પણ તે દૂર કરવા સારા ધરના વૈધનો 'ગુલાબ લે, અને તે કારણે સામાયિક સ્વસ્થતા જળાય, તો પણ ખરી રીતે તો કેટલેક દરજ્જે પ્રથમ કરતાં ખરાબ સ્થિતિમાં આપણાં આંતરડાંને આણી મેલે છે. અલગત, કેટલીક વખતે સારક દવાનો ઉપયોગ નિયમિત આણવા યોગ્ય સમય સુધી કરવો પડે છે ખરો, પરંતુ તે વૈધની સલાહથીજ કરવો જોઈએ. ખાવા પીવાની નિયમિતતા, સારી હવા વાળા ઓરડામાં પૂરતી—પણ વધારે નહિ—ઉંઘ, નિયમિત શૌચ સાર જવું, ચિત્તની સ્વસ્થતા, અને સારક દવાઓનો નિયેધ કળજ્યાતના ઘણાખસ કેસ સુધારશે. જે આટલું છતાંજ કળજ્યાત દૂર ન થાય, અને દરદ લાંબા વખતનું થતું જાય તો વૈધકીય સલાહ છે. એટલું ધ્યાન રાખવું કે મનની સ્થિતિની અસર પણ આંતરડાં પર થવા વિના રહેતી નથી.

આપણા શરીરમાંનું એક અમહત્કારિક ઓળર !

આપણા શરીરમાં આંખ એક અતિ અમહત્કારિક ચીજ છે. તેનો વ્યાપ એક ઇંચ કરતાં પણ ઓછો છે ખરો, પરંતુ જીવાનીઆને તંદુરસ્તીમાં જ્યારે તે સારી સ્થિતિમાં હોય છે ત્યારે યોગ્ય ઇંચથી તે માદ્રો સુધી લાંબે તે જોઈ શકે છે અને એક ઇંચના પાયસોમા ભાગની ચીજને પણ પારખી શકે છે. વાંચનના આ જમાનામાં તેને ઘણું કામ કરવું પડે છે, અને તેથી તેની શક્તિ ઓછી થઈ ગઈ છે, એજ કારણ છે કે જેથી વગર ભણેલા-ઓની આંખો વધુ સારી જળાય છે. આંખના પુષ્કળ કામને લીધે વાંચનના શોખીન માણસને થતો માથાનો દુખાવો પણ તેમને થતો નથી.

મનુષ્યના જખરદસ્ત દુશ્મનો.

જંતુઓ માણસજાતિના મહા દુશ્મનો છે. તેઓ રોગના એવની ટપાલ માનજ નથી, પરંતુ મનુષ્યના આહાર સાર નિર્માણ થયેલા ખોરાકની ચીજોને પણ ખૂબ નુકશાન પહોંચાડે છે. તીક પાકને કેટલું નુકશાન કરે છે તે જાણીતું છે. ઈ. સ. ૧૮૮૫ માં તીકોના બે હજાર માદલ લાંબા એક ટોળાએ રાતો સમુદ્ર પસાર કર્યો હતો ! જ્યારે તીકાં ટોળું પસાર થતું હોય છે ત્યારે પાંતરાંની દરિત ટેટલા વિસ્તારમાંથી છેક નાજી થયેલીજ સમજની. કહેવાય છે કે યુનાઇટેડ રોટ્સને દર વર્ષે એક કરોડ સીતર લાખ પાકનું નુકશાન આવાં જીડી જીડી જાતનાં જંતુઓથી થાય છે.

આ વિષયમાં પ્રખ્યાત પ્રો. સી. એ. ઇલેક્ટ્રો પોતાના Insects and Man નામના પુસ્તકની શરૂઆતમાં લખે છે કે:—“ સદ્ભાગ્યે જંતુઓ એકબીજાને પરસ્પર મારી ખાય છે, નહિ તો આપણી મનુષ્ય જાતિ પાંચ છ વર્ષમાં નાબૂદ થઇ જાય.”

[મચ્છર] સૌથી પ્રથમ તો મનુષ્ય જાતિનો કટો દુશ્મન મચ્છર છે, કે જે મેલેરિયા, પીત્ત તાવ, વગેરેનાં જંતુઓ મનુષ્ય શરીરમાં દાખલ કરે છે. ઘણા સારા લતાઓ આથી મનુષ્ય વસવાટને માટે છેક નકામા થઇ પડે છે ! પશ્ચિમ આફ્રિકા અને હિંદના કેટલાક ભાગો તો આખાને આખા આ કારણ નકામા થયા છે. વધુ કમનસીબી તો એ છે કે તે મચ્છરો ફલદુપ સુષીક, અને ઉત્તમ જમીન-કે જે મનુષ્યને સૌથી, વધુ ઉપયોગી છે ત્યાં-વસવાટ કરી રહે છે. એન્સાઇક્લોપીડિયા બ્રિટાનિકામાં ફ્રેંચના નામના લેખક જણાવે છે કે: “ મેલેરિયાએ દુનિયાની મનુષ્ય વસ્તીના મરણનો અર્ધો ભાગ પોતાને ખાતે ઉધરાવ્યો હશે.” એજ કારણે ઇ. સ. ૧૯૦૦ માં ૫૦ લાખ એકર જમીન ઇંગ્લીશમાં વગર ખેડેલી રહી હતી. કૃષિના શહેરનું ‘આલી થઇ જતું’ ધણુખરું સુકા અને મેરિયસના સૈનિકો સાથે દાખલ થયેલા મેલેરિયાના મચ્છરોને આભારી હતું. પ્રાચીન ગ્રીકોને પણ તેણે આજી સતાવ્યા નથી. હિંદના ઘણા ભાગોમાં ચોમાસા પછી બીનાશને લીધે આ ઝેરી મચ્છરો ઉત્પન્ન થઇ પોતાનું કામ જારી કરી દે છે, અને મુમુક્ષુના શાંતાકુંઠ, ઘાટકુપર આદિ પરાંઓ કે જે સાધારણ રીતે ઉત્તમ હવા પાણીવાળાં મનાય છે તે ચોમાસાના પાછલા ભાગમાં ખાલી થઇ જાય છે. વગર શકે એ પુરવાર થયું છે કે મચ્છરોથી જ મેલેરિયાનો ઝેરી તાવ એક મનુષ્યના શરીરમાંથી બીજાના શરીરમાં પ્રવેશે છે, અને તે સિવાય એ તાવના ફેલાવાનું બીજું કશું કારણ નથી.

આપણામાં તુલસી તથા કુંવારપદ્મે મચ્છરને દૂર કરવાના કામમાં વપરાય છે. એક ઈંગ્લેન્ડ જણાવે છે કે દીવેલીનું થડ પણ મચ્છરને દૂર રાખે છે. ‘યુકેલીપ્ટસ’ નામનું ઝાડ પણ મેલેરિયાના મચ્છરને દૂર કરવામાં બહુ ઉપયોગી છે.

[માખી.] આપણા ઘરમાં મીઠાઇ આદિ ખાઇને પુલ થયેલી માખીઓ પોણું કાંઈ આછી હાનિકર નથી. તે ટાઇફોઇડ નામના અતિ વિપરીત તાવ તથા ખીજ અનેક દરોગી પોસ્ટ-ઓફીસ છે ! જેની કંબખ્તી આવી હોય તેના પર ભેસી, આ ખોરાકની જાણસો પર ભેસી તે કારા, એ દુધ નાતું પ્રાણી પોતાના ચેપની ડીલીવરી આપે છે ! એક તંદુરસ્ત અને ચપલ માખીના શરીરની આસપાસ કેટલા ‘બેક્ટેરિયા’ ધસકાય છે તેના જુદા જુદા અંદાજે કરવામાં આવ્યા છે. ઇસ્ટન અને મેસન સક્ષમ અવલોકન પછી જણાવે છે કે બાહ્ય બેક્ટેરિયાની સંખ્યા ૫૫૦ થી લઇને તે ૬૫૦૦૦૦૦૦ સુધીની હોય છે, જ્યારે બીજાઓ તો તે સખ્ય માખીદીક પચાસ કરોડ સુધીની કલ્પે છે. તમેલાઓની માખીઓ બચ્ચાંઓને અનેક દોષ પીડે છે. ખીજ એક જાતની માખી ઉંઘણિયા રોગ પેદા કરે છે, અને તેથી આફ્રિકાના ઘણા ખરા ભાગો વસવાટને માટે નિરપયોગી થઇ પડ્યા છે.

મનુષ્યપ્રજા જ્યારે પોતાની જાતનું હનન કરવું છોડી દઇ પોતાની અમાનુષ્યતાને ત્યાગ કરે, ત્યારે તેને આ આખી મનુષ્ય જાતિના દુશ્મનોનું નિકંદન કાઢવાનું યુદ્ધ કરવાનો ધણો સમય પ્રાપ્ત થશે ! હાલ તો તેની સર્વ દોહલત, સત્તા, બળ, બુદ્ધિ, આદિ પોતાની જાતનું નિકંદન કાઢવામાં રોકાયેલાં છે, અને તેથી આવી આવી બાબતોના વિચાર તથા લપાચો કરવાની તેને દરમગ્ન નથી !

કંડી હવા લગાડવાથી કેટલીક જાતના તાવ ઉતરી જાય છે.

તાવ ઉતારવા માટે કુદરતી ઉપાયો અજમાવવાની બહુ જરૂર છે, કારણ કે દવાઓથી જેટલો ફાયદો થાય છે તે કરતાં કુદરતી ઉપાયોથી ઘણો વધારે ફાયદો થાય છે. એટલુંજ નહિ પણ દવાઓ વાપરવામાં જે નેજમ છે તે કુદરતી ઉપચારોમાં નથી. માટે કુદરતી ઉપચારો તરફ અને એવી જાતની નવી શોધો તરફ લોકોનું તથા ડૉક્ટરોનું અને વૈદ્યોનું ધ્યાન ખેંચવાની જરૂર છે. ગરમીથી આવનારા તાવો, પિત્ત જ્વર, તથા અગ્નિમાં જેને રિમાઇન્ટ રીવર કહે છે, તે જાતના અચુકિતાર તાવ કે જેમાં ૧૦૧ થી ૧૦૬ ડિગ્રી સુધીનો તાવ હોય છે, તે વખતે દગ્દીના માથા ઉપર આપ્પસની કોથળા રાખવામાં આવે છે, તેવી જાતના તાવમાં દરદીને ઠંડી હવા આપી હોય તો એ હવાથી તાવ ઓછો થઇ જાય છે. અને હાવના વખતમાં એવી જાતની હવા આપવાનાં ઘણાં સારાં સાધનો બહુ સહેલાઈથી મળી રહે છે. એ માટેની રીત નીચે પ્રમાણે છે:-

એક ટાંકાની અંદર દાખીને હવા ભરી શકાય છે. એક ધ્વિ જગ્યા ઉપર બેસી રતલનું દબાણ ચામ તેવી રીતે હવાને દાખીને ભરી શકાય છે. એ પછી તે ટાંકા બહુ સહેલાઈથી ગમે તે ઠેકાણે લઈ જઈ શકાય છે, તેમાં હવા કાઢવાની નળી હોય છે, તે નળી દરદીના માથા પાસે ખોલવાથી એવા બેસથી કંડી હવા લાગે છે કે, થોડી મિનિટોમાં દરદીનું તાણું થોડીક ડીઝી કંડુ થઈ જાય છે. એ હવા ભરવાની રીતિ પણ બહુ સહેલી છે. નાનાં નાનાં બાળક ધનુષ્યો મારફત અગર વિનળીક મોટરથી ચાલતી ઘંટીઓ વગેરે વત્રે મારફત ટાંકામાં હવા ભરી શકાય છે, અને હવા એ એવી ક્રીમતી વસ્તુ છે અને તેમ છતાં એટલી બધી સોંપી વસ્તુ છે કે તેની કંઈ પણ ક્રિમત પડતી નથી, તે સાવ મફત મળે છે, માત્ર તેને ટાંકાની અંદર ભરવામા જે ખર્ચ લાગે તેટલુંજ ખર્ચ પડે છે. એટલે હવાથી તાવ મટાડવાના પ્રયોગો મોટી હોસ્પિટાલોમાં ને મોટા પાયા ઉપર શરૂ થાય તો ખૂબી ગરીબ દરદીઓને પણ તેનો બહુ સહેલાઈથી લાભ મળી શકશે.

હવાથી કેટલા બધા લાભ થાય છે એ વાત કંઈ હાલના વખતમાં લોકોને બહુ સમજાતી નથી. પરંતુ, કારણ કે હવાના ગુણોથી આરામ હોય તેમ જ લોકો બહુ જ યોગ્ય છે. સામાન્ય રીતે હવાના ગુણો સંબંધી કંઈ વિશેષ વિવેચન કરવાની જરૂર નથી.

હવાથી તાવ મટાડવાની જાગૃતમાં આ વાતપણ ધ્યાનમાં રાખવા જેવી છે કે, બધી જગતના તાવ-કોષ્ટ હવાથી મટતા નથી. એટલેજ નહીં પણ મેટ્રીક જગતના તાવમાં તો ઉલટું હવામાંથી બહુ બચતું પડે છે, અને તાવના દરદીને ઠંડી હવા ન લાગી બચ તેની બહુ સભાજ રાખવી પડે છે. તેવી જગતના તાવમાં હવાનો ઉપયોગ ન થઈ શકે તેમાં કોષ્ટ બહુ નવાઈ નથી, પણ જે જગતના તાવમાં દરદીના શરીરમાં સખત ગરમી હોય છે, અને ગરમીને લીધેજ જે તાવ ઉત્પન્ન થયેલા હોય છે તે જગતના તાવમાં હવાની મદદથી ઘણો ફાયદો

થાય છે, એટલુંજ નહીં પણ તુરંતજ ફાયદો થાય છે, માટે સંગ્રહ કરેલી અને દબાવેલી હવાનો લાભ લેવો જોઈએ. અને એથી દરદો મટાડવાની કોશીશ કરવી જોઈએ.

જે વખતે હવાનો સંગ્રહ કરવાનાં સાધનો ન હોય, હવા ઉપર દબાવું કરવાનાં સાધનો ન હોય, અને જેટલી જોઈએ તેટલી જથ્થાબંધ હવા મેળવવાની, તથા જેટલા પ્રમાણમાં અને જેવા વેગથી છોડવી જોઈએ તેટલા પ્રમાણમાં અને તેવા વેગથી હવાને છોડી શકાય તેવા સાધનો ન હોય, ત્યારે હવાથી રોગ મટાડવાના ઉપાયો લોકોના ધ્યાનમાં ન હોય તેમાં કાંઈ નવાઈ નથી. પણ ઈશ્વર કૃપાથી જ્યારે એવાં સાધનો છે ત્યારે તો જેમ અને તેમ તેના લાભ લેવો જોઈએ, અને મનુષ્ય જાતમાંથી તથા જંગતમાંથી દુઃખો ઝાઝા થાય તેમ કરવું જોઈએ.

જુદી જુદી જાતની હવાઓના જુદા જુદા રોગ ઉપર દવા તરીકે જ્યારે ઉપયોગ થશે ત્યારે દુનિયાના વૈદ્યશાસ્ત્રમાં ઘણી ઉચ્ચપાઠ્ય થઈ જશે, અને ઘણી જાતનાં દંદો બહુ સહેલાઈથી મટાડી શકાશે, અને એવો વખત હવે કંઈ બહુ દૂર નથી, માટે હવે હવાથી રોગોને મટાડવાના પ્રયોગો ઉપર ધ્યાન આપવાની જરૂર છે.

હવાના દબાવણથી પંપરસ તે પાણી ઉપર ચડે છે અને બહુ જોરથી પાણીને બહાર ફેંકી શકાય છે, તે પંપ જેટલી વખત અને એ પંપ ચલાવવા માટે યંત્ર વાટે ટાંકીમાં હવા ભરવામાં આવે છે તે હવાને છોડતી વખતનો દબાવ જોવાથી તથા તેના બળની અજમાયેશ કરવાથી મને એમ લાગ્યું કે, રિમીટેન્ટ ડ્રીવર જેવા તાવને ઉતારવા માટે આ પણ એક અજમાવવા જેવો ઉપાય છે, એટલુંજ નહીં પણ તે ઉપાય અકસીર થઈ પડે તેમ છે, એમ લાગવાથી આ પ્રયોગ જાહેર કરું છું. અને કોઈ શોધક વૈદ્ય કે ડોક્ટરો તેના અનુભવ કરી એમાંથી કંઈક વધારે સારાં પરિણામો જાહેરમાં મૂકે એવી શુભ ઇચ્છાથી હવા સંબંધી મને જે વિચારો આવ્યા તે આ ઠેકાણે જણાવું છું, અને આશા રાખું છું કે, હવાના દબાવણથી તાવ મટાડવાની આ નવી શોધ ઉપર શોધકો તરફથી ઘટવું ધ્યાન આપવાની મહેનતાની કરવામાં આવશે. આ બાબત ઉપર અનુભવી માણસોના વિચારો જાણવાથી મને બહુ આનંદ થશે.

મહેસાણા, તા. ૨૬-૩-૧૭.

વૈદ્ય અમૃતલાલ મુંદરજી પઠીયાર.

રોકડો જવાબ !—શ્રી સવાઈ માધવરાવ સાહેબ પેશાવર યત્રોપવિત વખતે જેમ હંમેશાં કરવામાં આવે છે તેમ આચાર્યને જો મળવતિ મિશ્રાં દેહિ કહેવાનો પ્રગંથ આવ્યો. આથી સર્વે સુતસદીઓએ પેશાની પદ્ધતિ વિચાર કરી એ પ્રસંગે ગમે તેમ ટાળવાનો સંકેત કર્યો અને તે મંકેત આચાર્યને વિદિત કરી એ પ્રસંગની બતા મને તેમ દૂર કરવા બક્ષામણુ કરી. આચાર્ય પણ ખીરગવ જેના હાજર જવાબી હતા. તેમણે તુરંતજ કહ્યું કે “ઉપાય બહુજ સ્વેશે છે; દાદી રાખી સુમલમાન થયા, કે બસ-સધળી બવા દૂર થશે ! દિન યવું હોય તો તો જો મળવતિ મિશ્રાદ દેહિ કહેવુંજ પડશે.” આ તેજસ્વી અને નિરપૂડતાનો ઉત્તર સાંભળી સુતસદીઓને પોતાની અપ્રયોજ્યતા વિશે બહુજ પનાવો થયો !

બાબશિક્ષણ.

(અનુસંધાન ગતોક્તિના પૃષ્ઠ ૨૩૯ થી.)

(બાળકોના શિક્ષણ ક્રમમાં મનની ડેળવણી સાથે હૃદયને ખીલવવાની અને તેને જ્યાં ત્યાં સૌંદર્ય શોધનાં શીખવવાની આતિ અગત્ય વિશે ઇત્રેજી ઉપરથી એક સારો લેખ ' જીવન સૌંદર્ય ' એ નામનો શાહ વિઠ્ઠલદાસ મૂળચંદ બી.એ. એમણે શ્રી આત્માનંદ પ્રકાશમાં પ્રસિદ્ધ કરેલો તે ઉપયોગી લખાણ અત્રે ઉનારી લેવાની રજા લેખએ છીએ.—તંત્રી.)

"There is no beautifier of complexion or form, or behaviour, like the wish to scatter joy around us" Emerson.

(આપણી આસપાસ સર્વત્ર આનંદ ફેલાવવાની ઇચ્છા સમાન આકૃતિને, શરીરને, અને વર્તનને સુંદર કરનાર એક પણ વસ્તુ નથી). ઇમર્સન.

જ્યારે વિદેશીઓએ ગ્રીસદેશપર હુમલો કર્યો, તેના મદિરોનો અને કારીગરીવાળાં સુંદર કામોનો નાશ કર્યો, તે વખતે પણ જે સૌદર્ય ત્યાં સર્વત્ર પ્રમતી રહ્યું હતું તેનાથી તેઓનું અતુલ શ્લેષ નરમ પડ્યું હતું. સત્ય છે કે તે લોકોએ તેના સુંદર અને મનાહર પુતળોએને છિન્નભિન્ન કરી નાંખ્યાં, પરંતુ સૌદર્યનો આત્મા જ્યંત ન રહ્યો અને તેનાથી દૂર હૃદયમાં નવું જ ચૈતન્ય જાગૃત થયું. ગ્રીસદેશની કળાના આ દેખીતા મૃત્યુમાંથી રોમન કળાનો જન્મ થયો. રોમન લોકોએ ગ્રીસદેશ પર વિજય મેળવ્યો અને તેની કળા કારીગરીના ખજાના રોમમાં લઈ ગયા તે પહેલાં ઇટાલીમાં કળાનું અસ્તિત્વ હતું જ નહિ.

ધણા સીકા પૂર્વે કોઇએ મહાન તત્ત્વજ્ઞ પેંટોને પૂછ્યું હતું કે “ ઉત્તમ કેળવણી ક્યા કહી શકાય ? ” પેંટોએ પ્રત્યુત્તર આપ્યો કે “ જે કેળવણીથી આત્મા અને શરીર યોગ્યતાના પ્રમાણમાં સુંદર બને તેજ કેળવણી ઉત્તમ છે, ” મનુષ્યના અનુરૂપ યોગ્યતાને માટે માનસિક તેમ જ શારીરિક બિન્ન બિન્ન પ્રકારના ખોરાકની જરૂર છે. આ ખોરાકમાં જે વસ્તુની જેટલી ન્યૂનતા રહે તેના પ્રમાણમાં તેનું જીવન નમણું બને છે. અરધા ખોરાકથી માણસ પૂર્ણતા મેળવે એ વાત અશક્ય છે. એકલા શરીરને પોષી આત્માને ક્ષુધાતુર રાખવાથી માણસ સમતોલ્યપણું જાળવી રાખે એ આશા બ્યર્થ છે; તેજ પ્રમાણે શરીરને ક્ષુધાતુર રાખી એકલા આત્માને પોષવાથી શારીરિક તેમ જ આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રમાં માણસ સમર્થ બને એ આશા પણ ડેરેકે અંગે નિરર્થક છે.

સમર્થ બને એ આશા પણ ડેટલેક અંગે નિરથક છે.
જ્યારે બાળકોને જુદા જુદા પ્રકારનો પુરો યોગ્ય ખોરાક મળતો નથી, જ્યારે તેઓને મગજ, મજ્જાતંતુ અને રનાયુના પોષણને માટે જરૂરી ઝીંકે આપવામાં આવતી નથી ત્યારે તેઓના વિકાસમાં તેટલા પુરતી ખામી રહે છે. યોગ્ય ખોરાકની ખામીને લખને તેઓ નિર્મળ અને શક્તિહીન બને છે. દંઠાંત તરીકે જો બાળકને તેના ખોરાકમાં પુરતું શેસ્ટેઇટ નિર્મળ અને શક્તિહીન બને છે. દંઠાંત તરીકે જો બાળકને તેના ખોરાકમાં પુરતું શેસ્ટેઇટ નથી તે તો તેના અસ્થિયું બંનારણ મજબુત થઈ શકતું નથી, જેને પરિણામે શરીરનો બાકી નબળો બને છે અને શરીરના સોંધા શિથિલ થઈ જાય છે. જો મગજ અને મજ્જાતંતુના પોષક ફોસ્ફેટીક તત્વો ઓછા પ્રમાણમાં હોય છે તો તેથી આખા બંધારણ પર અસર થાય છે. મગજ અને મજ્જાતંતુઓ અપૂર્ણ, અશક્ત અને અવિકસિત રહે છે.

જેની રીતે શરીર મજબુત, સુંદર અને નીરોગી બનાવવાને બાળકને બિન્ન બિન્ન પ્રકારનો શારીરિક ખોરાક આપવાની જરૂર છે તેની જ રીતે મનને ચોખ્ખો પોષણ આપી સખજ, નિરાશય અને ચપળ બનાવવાને માનસિક ખોરાકના વૈવિધ્યની પ્રત્યેક માણસને આવશ્યકતા છે.

દ્રવ્ય પ્રાપ્ત કરવાના આપણા દેશના આશ્ચર્યકારક સાધનોએ આપણા લોકોની લોભરૂતિને ઝોટલી બધી ઉત્તેજિત કરી છે કે ઉચ્ચતર શક્તિઓને ભોગે આપણી ભૌતિક શક્તિઓના અતિ વિકાસ થઈ જશે એવો ભય રહે છે. શારીરિક અને માનસિક બળને જ માત્ર ખીલવવું એ બમ નથી. જો કુદરત અને કળાના સૌંદર્યને પારખવાની શક્તિને પોષણ આપવામાં ન આવે તો આપણું જીવન પુષ્પ અને પશ્ચિમ વગરના, મધુર સુગંધ અને નાદ વગરના પ્રદેશ જેવું શુષ્ક થઈ જાય તેમાં કંઈ આશ્ચર્ય નથી. ધારો કે શરીર સખજ હોય તોપણ જે સૌંદર્યથી તેની સખજતા શોભે અને તેને આકર્ષક બનાવે તેની ખામી રહેશે.

આખું જગત રમ્યતાથી ભરપૂર છે, સંગીતથી પૂર્ણ છે, અને પૃથ્વી અને સમુદ્ર સૌંદર્ય એમને પ્રસરી રહેલું છે. આ સઘળું નકામું નથી. અને આ સૌંદર્યની વિપુલતાના દર્શાતરૂપ મનુષ્ય પોતેજ છે. જો તમારે મનુષ્યત્વ શબ્દના વિશાળ અર્થમાં મનુષ્યત્વ પ્રાપ્ત કરવાની ઇચ્છા હોય તો માત્ર એક જ શક્તિનો વિકાસ કરી અન્ય શક્તિઓને અવિદ્યમિત રાખવાથી સંતોષ માનવાનો નથી; કેમકે કોઈ પણ પ્રકારનો ઔદિક લાભ થવાથી જીવનની સ્વાર્થી અને સ્થૂળ બાજુજી વિકાસ પામે છે. જે માણસમાં સૌંદર્યને પારખવાની શક્તિ નથી, જે માણસ કોઈ ભવ્ય ચિત્રથી, રમણીય સ્પર્શસ્તથી અથવા કુદરતના કંઈ સૌંદર્યથી, પુલકિત અને પ્રકુપ થતો નથી તેનામાં કંઈપણ ખામી હોવી જોઈએ.

જંગલી લોકોમાં સૌંદર્યની ગુણગ્રહણ શક્તિ બિલ્કુલ હોતી નથી. તેઓ તો માત્ર પશુવર્ત અને વિકારોનેજ અધીન હોય છે; પરંતુ જેમ જેમ સુધારો પ્રગતિ કરે છે તેમ તેમ લોભરૂતિ વધે છે, જરૂરીયાતો વધે છે અને ઉચ્ચતર શક્તિઓનો આવિર્ભાવ થાય છે તે ઝોટલે સુધી કે સૌંદર્યને માટે પ્રેમ અને ઇચ્છા ધણી સરસ રીતે વિકાસ પામે છે, જે આપણને શરીર ઉપર, ગૃહમાં અને આપણી આસપાસ પ્રકટ થયેલ દૃષ્ટિગોચર થાય છે. એક મહાન વિચારકે કહ્યું છે કે—“મનુષ્યના ઉચ્ચ અને ઉત્તમ ગુણોના વિકાસમાં સૌંદર્ય સંપૂર્ણ પાઠ ભજબ્યો છે અને સુધારાનું માપ શિષ્ટકળાને ચિત્રકળાપરથી કરી શકાય છે.”

સૌંદર્યના પ્રેમની અસર ચારિત્ર્યપર ઘણી જમરી છે. જ્યાં વધારે સૌંદર્ય, વધારે માધુર્ય અને વધારે સૌંદર્યને બદલે વધારે દ્રવ્ય કેમ સંપાદન કરવું એ કૌંથી અગત્યનું છે એમ વિચાર કરવાનું શિખવવામાં આવે છે તેના વાતાવરણમાં જે બાળકને ઉછેરવામાં આવે છે તે ઘણુંજ ભાગ્યહીન સમજવું. આવા પ્રકારની ખોટી કેળવણીની એક ઉગ્રતા જીવનને તેના સ્વાભાવિક આર્ગમાંથી ખસેડી મુકવું, તેના આધ્યાત્મિક મધ્યબિન્દુમાંથી ચલિત કરવું અને ભૌતિક લક્ષ્ય તરફ ચલવવું તે ખરેખર નિર્દય કામ છે. જ્યારે મન મૂડુ હોય છે અને સારા વા નરસા મરકાર સત્વર ચૂકવું કરવાને શક્તિવાન હોય છે ત્યારે બીજી શકે તેટલે દરજ્જે બાળકોને કુદરત અને કળાના સૌંદર્યની વચમાં મુકવાની આવશ્યકતા છે. કાંઈપણ સુંદર વસ્તુ તરફ તેઓનું ધ્યાન ખેંચાય એવો એક પગ પ્રસંગ જવા દેવો જોઈએ નહિ. આમ કરવાથી તેઓનું જીવન એવા ખળનાથી સંપન્ન થશે કે જે પત્નીની જીંદગીમાં કોઈ પણ દિગંતે તેઓને અપ્રાપ્ય છે. આપણા સુંદર ગુણો, ઉચ્ચ વિચારો, નાણુક લા-

ગણીઓ અને સૌંદર્યના પ્રેમને ખીલવવાનું કાર્ય જીંદગીમાં જોડેલું શરૂ કરવાથી કેટલો બધો સંતોષ પ્રાપ્ત થાય છે ? આથી માત્ર સંતોષ અને સુખ ઉપજશે એટલુંજ નહિ પણ કાર્યક્ષમતા પણ દિનપ્રતિદિન વૃદ્ધિગત થશે.

ચારિત્ર્ય ઉપર નેત્ર અને કહ્યુંદાર ધણીનું અસર થાય છે. મનુષ્યના સંપૂર્ણ વિકાસને માટે શાળાઓની કેળવણીની જેટલી અગત્ય છે તેટલી જ પક્ષિઓ અને ઝરાઓના અવાજની, પવનની, પુષ્પની સુગંધની, આકાશના વિધવિધ રંગની, સમુદ્ર, અરણ્ય અને પર્વતોના દૃશ્યોની અગત્ય છે. સૌંદર્ય નિરીક્ષણ કરવાની તમારી શક્તિને નિયંત્રિત કરવાને અને ખીલવવાને જે તમે તમારા જીવનમાં કહ્યું અથવા નેત્રદ્વારા સૌંદર્યનું ગ્રહણ કરશો નહિ તો તમારો સ્વભાવ ક્રૂર, નિરસ અને અપ્રિય થશે, આ મિત્રાચ અન્ય કોઈ વસ્તુ સૌંદર્ય પારખવાની શક્તિનો વિકાસ કરવામાં સહાયભૂત થવાને સમર્થ નથી. તે શક્તિ મનુષ્યને કુદરતની સાથે જોડનારી સંકલના છે. જે વખતે આપણે વિશ્વની પૂર્ણતા અને ભવ્યતાના ચિંતનમાં નિમગ્ન થઈએ છીએ તે વખતે આપણો આત્મા કુદરતની સાથે જેટલો ગાઢ સંબંધમાં આવે છે તેટલો કોઈ પણ સમયે આવતો નથી.

હમેશાં તમારા જીવનમાં થોડું થોડું સૌંદર્ય ભરવાને યત્ન કરો, અને તેની અમરકારિક અસર તમને સત્વર પ્રત્યક્ષ થશે. તેનાથી દુનિયાપરતું તમારું દૃષ્ટિ મિત્રુ વિશાળ થશે, જે દ્રવ્યની કે કીર્તિની પ્રાપ્તિથી પણ થવું અશક્ય છે. તમારો માનસિક તેમજ શારીરિક ખોરાક યોગ્ય વિવિધ વસ્તુઓનો બનાવો. તેનાથી તમને અવશ્ય અમૂલ્ય લાભ થશે. તમારું શરીર કામ કરવાને બળવાન અને સશક્ત હોય અને તેમાં ફેરફાર કરવાની કષ્ટપણ અપેક્ષા ન હોય તો પણ તમારા મનને તો ફેરફારની અપેક્ષા છે. આરોગ્યના દૃષ્ટિગીર્દથી નિવૃત્તિની જેટલી અપેક્ષા છે તેટલીજ ચારિત્ર્યના દૃષ્ટિગીર્દથી તેની અપેક્ષા છે. જે તમે આખું વર્ષ એકજ પ્રકારના માનસિક ખોરાકપર જીવતા હો, જે તમે ત્રણસેપાંસડે દિવસ એકજ પ્રકારના અનુભવ મેળવતા હો, તો ખાનીપૂર્વક માતો કે તમારા જીવનમાં કોઈપણ સ્થળે બંધ રહેલો છે. વિજય અને સુખ મેળવવામાં, આપણું જીવન ઉચ્ચ અને ઉદાત્ત બનાવવામાં સૌંદર્ય પારખવાની શક્તિના વિકાસનો વિષય ધણીજ અગત્ય ધરાવે છે. સૌંદર્યના પ્રેમથી આંગણવિકાસન રરિકનનું જીવન અનર્જુનીય રીતે સુદર અને ઉચ્ચ બન્યું હતું.

સૌંદર્ય કુદરતનો વિશિષ્ટ ગુણ છે, અને સૌંદર્યની સાથે વધારે પરિચયમાં રહેવું તે કુદરતની સાથે નિષ્કર્ટ સમાગમમાં રહેવા સરખું છે. “ જેમ જેમ આપણે મનુષ્યમાં, બાળકમાં, પ્રવૃત્તિ અને નિવૃત્તિમાં, બાલ અને આંતર જગતમાં વધારે વધારે સૌંદર્ય જોઈએ છીએ તેમ તેમ આપણે કુદરતને વધારે વધારે પ્રત્યક્ષ કરીએ છીએ.”

જીવનને ઉચ્ચ અને સમતોલ બનાવવામાં સૌંદર્યનો પ્રેમ બહુ અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. સુંદર માણસોની અને વસ્તુઓની આપણાપર શુ અસર થાય છે તે આપણા સમજવામાં ભાગ્યેજ આવે છે. તેઓ આપણી દૃષ્ટિએ પારવાર પડવાથી આપણા અનુભવમાં સામાન્ય થઈ પડે છે. જેથી આપણું ધ્યાન ખેંચવામાં નિષ્ફળ થાય છે. પરંતુ એ તો ચોક્કસ છે કે પ્રત્યેક સુંદર ચિત્ર, પ્રત્યેક રમણીય સ્પર્શસ્થ, પ્રત્યેક ભૂપ્રદેશનો કેટકો, પ્રત્યેક લાવણ્યમય આકૃતિ અને પ્રત્યેક રમ્ય પુષ્પ ચારિત્ર્યને ઉદાત્ત અને ઉચ્ચ કોટિનું કરે છે.

આપણા જીવનનું વલણ ઉચ્ચ લાગણીઓનો નાશ કરવા તરફ અને સૌંદર્યના વિકાસને દાખી દેવા તરફ સામાન્ય રીતે હોય છે. આપણે બૌદ્ધિક વસ્તુઓના લાભપર વધારે લક્ષ

આપીએ છીએ અને જે દેશોમાં પૈસાને પ્રભુત્વ ગણવામાં નથી આવતો તે દેશોમાં જે શક્તિઓને અધિકતર ખીલવવાપર ધ્યાન આપવામાં આવે છે તેના તરફ આપણે દુર્લક્ષ રહીએ છીએ. જ્યાંસુધી આપણી શક્તિઓનો ઉપયોગ દ્રવ્યસંચય કરવામાં આવ્યહપૂર્વક કરીએ છીએ અને ઉચ્ચ સુંદર શક્તિઓને ગુપ્તપણે દબાવી ગંભી નહિપાય; થવા દઇએ છીએ ત્યાંસુધી ઉચ્ચ સમતોલ જીવનની આશા રાખવી નિરર્થક છે; કેમકે જે મગજની ઉચ્ચ અને ઉદાત્ત શક્તિઓનો શિદ્ધકૃત વિકાસ કરવામાં આવતો નથી અને હવક્રી અધમ શક્તિઓનો હદ ઉપરાંત વિકાસ કરવામાં આવે છે તો માણસને પોતાની પરશુવૃત્તિની શિક્ષા સહન કરવી પડે છે અને જીવનમાં જે કંઈ સુંદર અને રમ્ય હોય છે તેના ગુણગ્રહણ રહિત થાય છે. દરેક વસ્તુમાં કુદરતના હસ્તાક્ષર (સૈદ્ધ્ય) ને વાંચવા બિદ્ધકૃત શ્રમ ન લેવો અને સૈદ્ધ્યને આપણા જીવનમાં તેનો ભાગ ભજવવા ન દેવો એ શું દયાજનક, શરમ ભરેલું અને દોષવાન નથી ?

જે વિચારતું આપણા મનમાં આપણે સેવન કરીએ છીએ અને જે આદર્શને આપણા અંતઃકરણમાં સ્થાપીએ છીએ તેનાથીજ આપણું જીવન ધણાય છે.

બુદ્ધિવિકાસની જરૂરી અગત્ય છે તેટલીજ હૃદયના ગુણોના અને સૈદ્ધ્યને પારખવાના ગુણોના વિકાસની અગત્ય છે. એવો સમય આવશે કે જ્યારે ગૃહમાં તેમજ શાળામાં સૈદ્ધ્યને એક અમૂલ્ય બક્ષીસ સમાન ગણવાનું આપણાં બાળકોને શીખવવામાં આવશે. તે બક્ષીસને પવિત્ર અને સ્વચ્છ રાખીને કેળવણીના એક પવિત્ર સાધન તરીકે લેખવામાં આવશે. આપણે સૈદ્ધ્ય, માધુર્ય, લાવણ્ય, અને સુંદર વિચારોના મંદિરને માટે નિયત થવા છીએ એવા અનેક પુરાવા આપણા જોતામાં માલૂમ પડશે. આપણામાં રહેલા સૌથી શ્રેષ્ઠ અને સુંદર ગુણોના વિકાસ સમાન ખીલતું કંઈ લાભદાયી નથી; જોથી કરીને આપણને જ્યાંયાં સુંદર દૃષ્ટિએ પડશે અને પ્રત્યેક વસ્તુમાંથી માધુર્ય ગ્રહણ કરવાને શક્તિવાન થઇશું. જ્યાં જ્યાં આપણે જઈશું ત્યાં ત્યાં આપણામાં રહેલા ઉત્તમ ગુણોને કેળવવાને હજારો વસ્તુઓ આપણને દૃષ્ટિગોચર થશે. પ્રત્યેક જૂથદેશ, સ્થાસ્ત, અને સુંદર વસ્તુ આપણી માર્ગ-પ્રતીક્ષા કરે છે. પ્રત્યેક પાંદડામાં અને પુષ્પમાં કેળવાયલી દૃષ્ટિ દેવોને મુગ્ધ કરી નાખે તેવું સૈદ્ધ્ય જોશે. જગતમાં, અને બળખળ વહેતા ઝરણામાં, કેળવાયત કણ સ્વરેક્ય અને સ્વરમધુર્ય સંમિશ્રણે અને કુદરતના ગાનમાંથી અકથ્ય વિનોદ પ્રાપ્ત કરશે.

આપણો ગમે તે ધધો હોય તોપણ આપણે એવો નિશ્ચય કરવો જોઈએ કે દ્રવ્યની ખાતર આપણામાં જે ઉચ્ચ અને ઉત્તમ છે તેને દબાવી ન દેતાં દરેક પ્રસંગે જીવનને સૈદ્ધ્યથી જ ભરીશું. સૈદ્ધ્યને મારેના તમારા પ્રેમના પ્રમાણમાં તમને તેમાંથી આનંદપ્રાપ્તિ થશે, અને તેની ખૂબીનું જ્ઞાન થશે જે તમને સૈદ્ધ્યપર પ્રીતિ હશે તો તમે અમુક પ્રકારના કળાકૃત્ય બનશો. તમે ગમે તે ધધો વદન કરતા હો તોપણ જે તમને સૈદ્ધ્યપર પ્રીતિ હશે તો તેથી તમારું જીવન પવિત્ર, ઉદાત્ત, અને ઉચ્ચ ધણા અદ્ય સમયમાં અને ધણી સ્વેચ્છથી બની જશે.

એટલું તો નિર્વિવાદ છે કે સૈદ્ધ્ય પોતાનો વેશ અત્યારસુધીમાં બજાવ્યો છે તે કરતાં અધિકગણી મહાન વેશ ભવિષ્યમાં બજાવશે. આપણને જે મુશ્કેલી નડે છે તે એ છે કે મહાન ભૌતિક લાભો એટલા બધા લક્ષ્યાને એવા છે કે આપણે ઉચ્ચતર ગુણો પ્રતિ દુર્લભજ રહીએ છીએ, અને આપણું જીવન ક્ષુદ્ર રીતે વદન કરીએ છીએ. આત્માની તપા તૃપ્ત કરનાર સૈદ્ધ્ય સમાન એક પણ વસ્તુ દુનિયાની સપાટી ઉપર નથી.

એક વૃદ્ધ મુસાફર પોતાની મુસાફરી વિષે લખનાં એક જનાવ વર્ણુને છે કે તેની મુસાફરી દરમ્યાન તે એક વૃદ્ધ સ્ત્રીને મળ્યો હતો. તે સ્ત્રી એક શીશીમાંથી કંઈ પ્રવાહી વસ્તુ જૂમિ કિપર છાંટતી હતી. જ્યારે શીશી ખાલી થઈ જતી ત્યારે તે ફરી વખત ભરીને ખેંચાંની પેટું વારંવાર કર્યા કરતી. જે મિત્રને તેણે આ જતાંત કહ્યો તેણે તેને કહ્યું કે તેને તે સ્ત્રીના પરિચય છે અને તે સ્ત્રીને પુષ્પોપર અપ્રતિમ સ્નેહ છે, અને " રસ્તે ચાલતાં તું પુષ્પો વેરજો, કેમકે તું તેમ રસ્તે થઈને ફરી વખત પમાર થવાનો નથી, " એ વચનો પ્રમાણે તે વર્તતી હતી. તેણે કહ્યું કે જે જે પ્રદેશોમાં તેણે મુસાફરી કરી છે તે તે પ્રદેશોના સૌંદર્યમાં તેની પુષ્પખીજ વેરવાની ટેવથી આત્યંત વધારો થયો છે. સૌંદર્ય પ્રસારવાના આ સ્ત્રીના અવિચ્છિન્ન પ્રયત્નથી અને તેના સૌંદર્યપરના સ્નેહથી અનેક રસ્તાઓએ સુંદરતા અને નવીન સ્વરૂપ ધારણ કર્યા છે. જેમ જેમ આપણે જીવનપથપર આગળ વધીએ તેમ તેમ જો આપણે સૌંદર્યના સ્નેહને કેળવીએ અને સૌંદર્યખીજ સર્વત્ર પાથરીએ તો આ પૃથ્વી અદ્વિતીયમાં સ્વર્ગ સમાન બની જાય.

સૌંદર્ય પારખવાની જે શક્તિ ઘણાખરા લોકોમાં જિંદગી વિકાસ પામ્યા વગર દબાઈ જાય છે, તે શક્તિને ખીલવવાને અને જીવન સૌંદર્યમય બનાવવાને વૈકેશન કેવી સરસ તક છે ? કેટલાકને તો તે કુદરતના સૌંદર્ય અને લાવણ્યના નિવાસ સ્થાનમાં જવા સમાન છે. તેઓ ખીણમાં, પર્વતોમાં, ખુણોમાં, ઝરાઓમાં, અને નદીઓમાં જે વિભૂતિ અને મોહિની અનુભવે છે તે દેવોને પણ અકિત કરે તેની હોય છે; પરંતુ આ સૌંદર્ય અને વિભૂતિ દ્રવ્યથી અપ્રાપ્ય છે. જે લોકો તેને જુએ છે અને જાણે તેની કિંમત જાણે છે તેઓને માટે તે વસ્તુઓમાં જે સૌંદર્ય છે તેની ચમત્કારિક શક્તિનું તમને કદિ જ્ઞાન થયું છે ? જો ન થયું હોય તો તમે આનંદ પ્રાપ્ત કરવાનો ખરેખરો પ્રયત્ન ખોયો છે.

સુંદર ચારિત્ર્ય, લાવણ્યમય રીતભાત, આકર્ષક અને રમ્ય આકૃતિ, દિવ્ય વર્તન આ સર્વના આપણે જન્મથી અધિકારીએ છીએ. છતાં પણ આપણામાં કેટલા બધા બાલ દેખાવમાં કુરૂપ અને વર્તનમાં કઠોર અને કંકેશ હોય છે? જો આપણે બાલ દેખાવને સૌંદર્યપૂર્વક કરવા ઇચ્છતા હોઈએ તો પહેલાં તો આપણે અભ્યંતરને સુંદર બનાવવું જોઈએ, કેમકે આપણા પ્રત્યેક વિચાર અને વ્યાપાર આપણી આકૃતિની નાબુદ રેખાઓને સુરૂપ અથવા કુરૂપ કરે છે. નાશકારક અને વિષમ માનસિક વૃત્તિઓ સુંદરમાં સુંદર આકૃતિને કુરૂપ બનાવી મુકે છે. મન તેની ઇચ્છા મુજબ નિરૂપતા અથવા વિરૂપતા રચી શકે છે. બાહ્ય સૌંદર્યને માટે ઉદાત્ત અને ઉમદા સ્વભાવ ખાસ અગત્યની વસ્તુ છે. તેનાથી ઘણા માણસોના રૂંદરા બદલાઈ ગયેલા જોઈએ છીએ. ખરાબ ઇર્ષ્યાજી સ્વભાવથી સૌથી સુંદર રૂંદરા પણ વિરૂપ થઈ જાય છે. જો સૌંદર્ય સુંદર ચારિત્ર્ય ઉત્પન્ન કરે છે તેના જેવું અન્ય સૌંદર્ય જ નથી. અમદિયારો સેવવાની ટેવના પરિણામે સ્વાર્થાંતર પશુની, ઇર્ષ્યાની, ચિંતાની અને માનસિક અસ્થિરતાની જે રેખાઓ પડેલી હોય છે તે કોઈ પણ પ્રકારના કૃત્રિમ સાધનોથી ભૂંસાતી નથી.

આંતર મૈદ્ય જ અતિ ઉપયોગી છે. જે પ્રત્યેક મનુષ્ય આંતર મૈદ્ય ખીસે તો તે ખાણાખાંતર સુદર થશે એ નિઃમંદ્ર છે. આનાથી તેની આસપાસ જે સૌંદર્ય અને રમ્યતા

પથશય છે તેની સાથે સરખાવતાં કેવળ શારીરિક સૌંદર્ય કંઈ હિસાબમાં નથી. આપણે ઘણા માણસોના પરિચયમાં આવીએ છીએ કે જેઓના સ્વતંત્રતા સૌંદર્યથી આપણે તેઓને અધીન થઈ જઈએ છીએ. આત્મ કારણ એજ કે તેઓના શરીરદારા પ્રદર્શિત થતા તેઓના સુંદર આત્માના ગુણોએ શરીરને પોતાના જેવું બનાવી દીધું છે. સૌંદર્યસંપન્ન આત્મા શરીરને સૌંદર્યથી વિભૂષિત કરે છે.

શરીરની વા આકૃતિની સુંદરતા કરતાં આત્માની શ્રેષ્ઠ સુંદરતા પ્રત્યેક માણસને વધારે સરળતાથી પ્રાપ્ત થઈ શકે તેવી છે. હૃદયસૌંદર્ય અને આત્મસૌંદર્યના વિચારોત્તર મનમાં નિરંતર રમણ થવાથી સાક્ષમાં સાદી આકૃતિ સુંદર અને તે અશક્ય નથી. માયાળુ અને આનંદી વર્તન રાખવાથી અને સર્વત્ર આનંદ પ્રસરાવવાની ઇચ્છાથી 'ખરેખર' આંતર સૌંદર્ય પ્રાપ્ત થાય છે, અને આ સૌંદર્ય મુખદારા પ્રદર્શમાન થઈ, મુખાકૃતિને સુંદર બનાવે છે. ચારિત્ર્યને સૌંદર્યથી અલંકૃત કરવાના તમારા યત્ન અને અભિલાષથી તમારું જીવન અવશ્ય સૌંદર્યસંપન્ન થશે. અને બાહ્ય એ આંતરનો જ આવિર્ભાવ માત્ર હોવાથી તમારી મુખાકૃતિ અને રીતભાત તમારા વિચારોને જ અનુસરશે અને અતે મધુર અને ચિત્તાકર્ષક થશે જ. જે તમે સૌંદર્યના વિચારોત્તર, પ્રેમના વિચારોત્તર આગ્રહ પૂર્વક નિરંતર મનમાં મેલન કરશો તો જ્યાં જ્યાં તમે જશો ત્યાં ત્યાં માધુર્ય એકની એવી સરસ છાપ પાડી શકશો કે તમારી શારીરિક વિરૂપતા કોઈના ધ્યાનમાં પહોંચી આવશે નહિ. આપણે સુંદર મુખાકૃતિની પ્રશંસા કરીએ છીએ; પરંતુ સુંદર આત્મોથી નિર્ભર થયેલી મુખાકૃતિ પર આપણને રોહભાવ ઉપજે છે. આપણને તેના પર પ્રેમ ઉપજે છે, કેમકે તે પૂર્ણ સ્ત્રી અથવા પુરૂષના નમુનારૂપ છે. આપણામાં આપણા મિત્રને માટે જે રોહની લાગણી જગૃત થાય છે તે તેના બાહ્ય દેખાવથી નહિ, પરંતુ આપણી આંદોર્ય મિત્રતાથી થાય છે.

પ્રત્યેક માણસે અને તેટલા સુંદર, આકર્ષક અને સંપૂર્ણ થવા યત્ન કરવો જોઈએ. ઉચ્ચતમ સૌંદર્ય મેળવવાની ઇચ્છામાં મિથ્યાભિમાનનો લેશ પણ અંશ નથી. માત્ર બાહ્ય દેખાવને સુંદર કરવાની વૃત્તિથી તેની ખરેખરી ઉપયોગિતા બૂલી જવાય છે; કારણ કે અન્ય વસ્થિત અને વિરૂપ ચિત્ત અનંત સૌંદર્યને જોઈ શકતું નથી. આત્મ સૌંદર્યથીજ સઘળી વસ્તુઓ સુંદર બને છે, અને આપણે ઉચ્ચગામી અને ઉન્નત થઈએ છીએ. આપણે બાહ્ય સૌંદર્યને ચાહીએ છીએ અને તેથી જે પુરૂષો અને વસ્તુઓ આપણા માનુષી આદર્શ સુધી પહોંચે છે તેઓની પ્રશંસા કર્યા વગર રહી શકતા નથી. પરંતુ સુંદર ચારિત્ર્યવાન પુરૂષ પ્રતિકૂળ સંજોગોને પણ સૌંદર્યમય બનાવે છે, અધકારથી વ્યાપ્ત સ્થાનને પ્રકાશિત કરે છે, અને અત્યંત પ્રતિકૂળ સંજોગોમાં સૌંદર્યઉજ્જ્વલ બનાવે છે.

જેઓ જીવનની મહત્તા સમજે છે અને જેઓ સર્વદા જીવન સૌંદર્ય દર્શાવવા મહે છે તેવા મહાત્માઓ ન હોત તો જગતતું શું થાત તે કહી શકાતું નથી. આવા મહર્ષિના રચના, કે જેઓ દરેક સ્થળમાં અને દરેક સ્થિતિમાં સૌંદર્ય જ બતાવે છે તેના વગર આપણાં જીવન કેવળ શુષ્ક અને સામાન્ય થઈ પડત.

(અપૂર્ણ)

धन्वन्तरि.

SHRI DHANVANTARI.

धन्वन्तरि धृतकरामृतपूर्णकुम्भं पीताम्बरं सकलसिद्धसुरेन्द्रवंधम् ॥

वन्देराविदनयनं मणिमाल्यमायुर्वेदःप्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

दायकों अमृतपी भरखो कुंभ धारण करी रहेवा, पीना वस्त्र परिधान करनारा, सर्व सिद्ध सुरेन्द्रे पक्षु वन्दन करवा लायक, कमण सरभां नेत्रवाणा, मणिभाणा भेरी रहेवा, आयुर्वेद अष्टवे वैद्यकशास्त्रा प्रवर्तक, अने वणा ज्ञेयता नामर्तु स्मरण (अनुस्मृति) करवायी रोग भाग नाश पायेछु, जेना श्री ध-वन्तरि सगवानने नमन कई छु.

"Mens sana in corpore sano" "पहेछु" सुख ते जाते नयाँ."

पुस्तक, १० भुं.]

ऑगस्ट १९१७.

[अंक ८ भा.

Medical Potpourri.

(BY DR. C. S. DEVOLL, M. D.)

The best that can be said of drugs,

Is some do give relief,

But cures are never in them found.

In truth they just deceive.

For, masking symptoms with a drug

Does not remove the cause.

In other words, relief will not

Atone for broken laws.

But doctors claim that drugs assist

In nature's plan to heal.

Advice in chief is "Take our dope,

And never miss a meal."

So with drugs to hide the symptoms,

And food, the very best.

Between the two, "they pull them thru,

The Sexton does the rest,

- (3) A doctor and his patient—
 Impress on our mind,
 As those in need of sympathy,
 "Blind leaders of the blind."
 Two superstitious drug-blind fools,
 Depending on the "dope,"
 Both in the ditch together fall,
 Bereft of curing hope.
- (4) Now let me whisper in your ear
 A warning all should know:—
 Beware of Drugs and Doctors
 While sojourning here below.
 Then to that Heaven fair, of rest,
 When you are called away,
 Console yourself, for murderers
 Will not be there, they say.
- (5) You may be tortured here below
 By those who cut and kill,
 But in that fair and better land,
 I'm sure you never will.
 See Revelations 2,
 And passage No. 8.
 A statement plain is here declared
 That seals the doctor's fate.

APPEAL TO RULERS.

Against Compulsory Vaccination.

1. Millions of Englishmen.

"The parents of unvaccinated children now number millions in Great Britain."—*Vaccination Inquirer*, London, September, 1911.

2. The Postmaster-General, England.

"The Postmaster-General has decided that not only those candidates for post office employment who object to re-vaccination may obtain exemption, but also those who object to primary vaccination."—*Vaccination Inquirer*, London, January 1911.

3. The Board of Education, England.

"The Board of Education have decided to abolish their regulation requiring persons intending to become teachers in Public Elementary Schools to be vaccinated."—*Vaccination Inquirer*, London, September, 1912.

4. Lord Kitchener and Lord French.

(1) "Lord Kitchener informed Mr. Chancellor that no pressure was to be brought to bear on soldiers who declined to be vaccinated or inoculated."

(2) "Major-General Tagart, on behalf of Lord French, declared that vaccination and re-vaccination were optional in the army."—**Annual Report for 1916** of the National Anti-Vaccination League, London.

5. Australian Authorities.

"In Western Australia there is a conscience clause. And during the latter part of the year the Premier decided that as the Board of trade regulations did not require the vaccination of immigrants, his State would no longer enforce vaccination on those arriving in that district."—**Annual Report for 1912** of the National Anti-Vaccination League, London.

6. Irish Unions.

"Now there are over 20 Unions in which the Vaccination Act is not enforced."—**Annual Report for 1912** of the National Anti-Vaccination League, London.

7. Bombay Government.

The Bombay Government kindly withdrew the case against Mr. Jethmal Parasram of Hyderabad, Sind, for refusing to get his child vaccinated.—*New India*, June 28, 1916.

8. Civil Service, England.

"On October 16th, 1912, compulsory vaccination in His Majesty's Civil Service received its death-blow."—**Annual Report for 1912** of the National Anti-Vaccination League, London

9. Irish Magistrates.

"At Waterford, on May 3rd, parents were fined one penny for vaccination offences under the Public Health Act. This action of the magistrates has stopped the Waterford Board of Guardians from further persecuting conscientious objectors."—**Annual Report for 1912** of the National Anti-Vaccination League, London.

10. A Medical Inspector.

Dr. J. H. Bridges, F. R. C. P. (London), late Medical Inspector of the Local Government Board, Fellow of the Oriel College, Oxford :—

"I regard the compulsory (Vaccination) Acts of 1853, 1867 and 1871, as an undue and inexpedient intervention of the State in a matter which should be left to each family to decide for itself. Non-vaccinated people are not a source of injury to their neighbours, for their neighbours can get themselves vaccinated."—*Bombay Chronicle*, June 19, 1917.

11. Mission Hospital.

Miss P. A. Law, matron of the American Mission Hospital, Baroda, "gave some interesting facts regarding small-pox in India."

"Over forty cases of the disease, Miss Law stated, had been treated at the hospital in three years, and though nearly all were serious, there had been only one death."

"None of the hospital staff, which numbered twenty, had been vaccinated. Despite this fact, there had not been any case of infection."—*Vaccination Inquirer*; London, November, 1913.

12 Germany.

1,29,948 vaccinated, re-vaccinated and re-re-vaccinated people died of small-pox in Germany in one epidemic, inspite of the finest medical skill and care in the world."—*Why Vaccinate?* by Harold W. Whiston.

Vaccination Horrors.

1. **The Registrar-General, England**.—"Every year in England deaths are registered by the Registrar-General as due to "cow-pox and other effects of vaccination."—*Bombay Chronicle*, June 20, 1917.

2. **Horrors in America**.—"Mr. James A. Loyster, of Cazenovia, New York, has published a pamphlet (*with photos of Victims*) giving the history of fifty-one cases of death or serious illness following close upon vaccination in 1914 in the rural districts of New York State.

The pamphlet was written in memory of his (only) son Lewis Freeborn Loyster who died September 21, 1914, as a sequence of vaccination"—*Dangers in the use of Vaccines and Serums* by Harry B. Anderson, Secretary, the National League for medical Freedom, Chicago.

3. **Dr. C. Killick Millard, M. D., D. Sc.**, Medical Officer of Health for Leicester England :—"In addition to the deaths certified as

directly due to vaccination, there are certainly others indirectly due to it, which are not so certified."—*Dangers in the Use of Vaccines and Serums* by Harry B Anderson, Secretary of the National League for Medical Freedom, Chicago.

Dr. Master, a member of the Municipal Corporation of Bombay, complained about the use of contaminated vaccine which made about 200 children suffer much—*Bombay Chronicle*, January 29, 1917.

Dr. Robertson, Chairman, board of Health, Melbourne—"I think that vaccination intensifies any intercurrent ailment that the individual may have."—*Vaccination Inquirer*, London, January, 1916.

Dr O. L. M. Abramowski, M. D. Mildura, Australia, formerly A Public Vaccinator—"Calf-lymph contains very frequently the germs of other diseases such as Erysipelas, Tuberculosis, Pyaemia, Septicaemia, Leprosy, Glanders, etc. Pure calf-lymph exists only in imagination. No Government ever guaranteed calf-lymph free from dangerous disease germs."

(This testimony is taken from a pamphlet, *A Mischievous University Dogma*, containing the testimonies of many doctors and others regarding deaths and diseases caused by Vaccination, as well as its uselessness in preventing small-pox. It is published by The National Anti-Vaccination League, Denison House, Vauxhall Bridge Road, London, S. W.)

In England.

Being satisfied about the injurious effects of Vaccination, upon human health, the English Government have kindly amended the Compulsory Vaccination Law in favour of conscientious objectors, and millions of Englishmen do not get their children vaccinated.

A Prayer.

I pray that the world's rulers may kindly follow the noble example of the English Government, and prohibit compulsory vaccination of their subjects, and thereby earn a multitude of blessings.

I pray also that the world's humanitarians may kindly study the literature of the National Anti-Vaccination League, London, and bring my above appeal to the notice of kind-hearted officers of their

There is But One Cure.

(BY J. H. TILDEN, M. D.)

THE difference between ignorance and wisdom is that ignorance can't reason out the correct cause of its pain or misfortune ; ignorance is always at a loss to know the true cause of anything, and, because of its illogicalness, it stands ready to denounce, and even damn, those who have learned the true cause of their hindrances and have made good by applying such knowledge.

Cause is one of the most important phases of all knowledge to work out—it is the key to every situation—and in the study of the art of healing it means success. Not to know cause means absolute failure.

When we started this magazine ten years ago one of the most noted writers of the day said, in a criticism he was making of it ; " It is nonsense to talk about cause ! The cause of almost any disease is past and gone when the physician is called, and will probably never be known." That statement is so utterly absurd that, if he were reminded of it to-day, he would no doubt declare that he never made it. This shows that public opinion is changing, and we can say that the world of thought is making substantial growth. Notwithstanding there is now more attention given to the subject of cause, there is too little paid to it yet ; there is too much apathy, too great a willingness to accept the germ theory, and let it go at that. It is a shame that there are so few who give the subject of cause any serious attention. Chronic diseases and premature deaths are the consequences. Children should be drilled more on the subject of cause than on any other feature of education.

The reason I do not care, a tinker's dam for anybody's treatment or cure of disease, from prayer to dynamite, or from amputation of a tonsil to the extirpation of the Gasserian ganglion, is because I know as well as I know anything that *there is but one cure*, and that cure can neither be improved upon nor changed, any more than the force of gravity can be annulled. That cure is in operation every moment of time, for it is life itself—it is the balancing and the adjusting of our bodies to the laws of nature. So long as an individual is in existence it is fighting vigorously for him, and will never cease until he passes beyond this necessity.

This being *one truth*, if there is not another, I can well afford to ignore the subject of cure absolutely, except in so far as it is necessary to understand what nature's cure is and its relation to the laws operating for it. The laws of health and life, when really known, will indicate their needs, which will be a true cure.

So far as looking for a cure is concerned—an entity, a something to give that will operate in some mysterious way in neutralizing or killing an unknown mysterious enemy that has gained entrance to the body in some mysterious way—I have been off that trail *to, these many years*. I have learnt from experience to know that I live in a world governed by exact laws. I owe my existence of the laws, and I shall enjoy or be sad, I shall be well or sick, I shall live or die, just as I learn how to adjust myself to them. If I am ignorant of those laws and break them, I shall suffer for my ignorance, just the same as I shall if I know them and break them. As I have said before, nature is no respecter of persons; she is neither moral, nor immoral; she is unmoral, she has plenty of material and plenty of time. If I prove unworthy, it is a small loss to nature.

What is an imperfect brick to the moulder? It is simply a matter of shape—fashioning. The fashioning is imperfect, the clay is returned, and again it is fashioned. And if again the work fails? What is it that has failed—the ideal? No. The artificer? No. The clay? No. Then what has failed? The attempt at a perfect fashioning, that's all. If I, a human being, am born under environments that are not conducive to a perfect mental and physical fashioning, and I am too stupid to interpret the laws in their influence upon my fashioning, and my stupidity is of the denser sort, so that I am not only incapable of interpreting the laws' requirements, but I am incapable of being shown—so lacking in everything pertaining to the ideal requirements that I cannot perfect myself even with the experience of others to aid me—am I of such importance that I must be preserved, in spite of the fact that I am condemned by every art standard of nature? Nature loses nothing; the loss is wholly to the individual—to the I, to the form, the shape, that something or nothing, that anything and everything that is distinctively me; and *all that is not constant* is the only thing, if thing it be, that is lost. And the me—the I—has not lost anything, except an opportunity to earn a little more pleasure, a little more time for personal enjoyment.

Knowing, as well as I do, that law and order are man's friends, and that every human being is protected in his ignorance and in his (no) science, I say that, when a being is so unfit, after nature has protected him in every way possible, and he can't be taught, it is time for *him to go*, and make room for others, who will possibly carry nature's flag of perfection a little further on the road to the goal of Ideal Manhood.

The greatest good to the greatest number is not an ideal taken from nature. Nature always sacrifices quantity for quality. Nearly all Utopias and human ideals are based on theories operating in opposition to natural law, and must come to an end.

War is exactly in opposition to evolution. Only the best are selected as fighters. Those who are physical degenerates are left to propagate, while those who are physically perfect are killed off. That is the reason that "war is hell."

There are thousands upon thousands of people all over this great and enlightened country who cannot see the reasonableness of my teachings, and the reason is because they are not sufficiently evolved. It is correct for them to stay with their opinions, and die with them. My hope is with the young and the coming generations. Those who are ready for my theories need no proselyting. Often the reading of a page or a paragraph is enough. The reader will say: "This is my stuff. Where did you get? Is there any left? I want it all!" And he proceeds at once to get everything obtainable. On the other hand, my writings can be put in the hands of a man who, to all appearances, is fully as intelligent, but who, after reading a page or two, or possibly a whole number will say: "What's he driving at? It's nonsense! That fellow is in opposition to everything that is pure and good!" etc. Only those with a touch-down on fundamental principles care for my theories. I do not mean that only those who are highly educated care for them, for that is not true. A man may be highly educated, and yet he may not have assimilated any part of the basic principles. He has no innate perception for truth, hence, with all his learning, he has not assimilated any. There are men of no special training, yet they have an innate perception for truth, and can sense it anywhere. They may not be able to formulate it but they can recognize it when formulated by others.

The Root of All Evil.

(By DR. J. H. TILDEN, M. D.)

Any deviation from happiness spells disease. Any mental or physical deviation from absolute contentment means disease, and with intelligent people it is the signal to get busy for the purpose of discovering, if possible, the cause of the discomfort and to remove it at once. Suppose the discomfort is of the mind and catalogued under the head of morality, and the discomfort is that of being dissatisfied with the moral standard—there is a feeling of unworthiness—down in the conscience there is a desire to be what the loved one, the neighbour, the friend or the community falsely thinks one is—what is the cure? To spread the veneer of hypocrisy on thicker? To cover the true state with more

fallacy and cultivate sclerosis of conscience? Or to wash up, clean up, and live the truth, even if it is not quite up to the standard that the friends have been falsely made to believe it is? It may cost a lot to cure a diseased conscience, but remember the richest and happiest man in the world is the *well* man.

Suppose the disease is catalogued under the head of business, and the symptoms are those of failure or non-success. The causes are carelessness, lack of industry, expensive habits, a decided shading towards dishonesty, an unwillingness to pay all that services are worth and a disposition to demand more than justice, then added to these are the thousand-and-one little offsprings—legitimate heirs—to these business lapses. All these together weigh enough to crush the life out of an average being. How shall this disease be cured? Is it best to flounder, bluster and pretend to be all things to all men; to seek for anything and everything that is listed as get-rich-quick propositions; to take hold of the most shady scheme presented because it promises a greater commission, and then to seek out the few friends who are left—the few who still have a little faith—and unload the fake scheme on them? This wins for a little while; perhaps brings a little comfort for a winter, perhaps enables the soul-sick man to be a little extravagant (for the fool and his money are soon parted); but this appearance of thrift his skinned friends see; they say nothing, but they remember, and when he calls again, this time more desperately in need than before, they have no time to see him. He is palliated, but like the palliation of all other diseases, it does not last; the cause must be removed if health is desired.

The unsuccessful man, the unfortunate man, the submerged man, must find the cause and remove it. To remove some other fellow; find fault with other people; to quarrel with the times; to charge up the causes of personal defects to the fallacious economic schemes of the government; to encourage others to join in attending to every one's business except their own, may be palliative remedies—may divert attention from personal short-comings and failures for a time—but I fail to see even palliation, for the longer such a life is followed the more miserable, good-for-nothing and incapable such people become. The habit of excusing personal failures by charging them up to oppressive social conditions leads to frenzy, suicide or homicide.

The cure lies in self-discipline in cultivating a love of work and an endeavour to be a man. No man is a man until he has self-control—complete mastery of himself—and when a man has self-control, he is always too busy attending to his own business to be looking after other

people's, or suggesting schemes of social policy for all the people when he is not wise enough to provide well for himself.

Before man can reason correctly he must have a few fixed rules and principles; and in order to rivet this fact in the minds of my readers I have gone into this long digression, which may appear to some as irrelevant and unnecessary, with the hope that a few may be convinced that there cannot be a cure of anything except by removing the cause. The fear that I have that I cannot convince many is surely reasonable when I can point to one hundred thousand educated physicians in the country who will declare, both in public and private life, that they believe as I do, that cause must be removed if a cure is expected, yet, before the sound of their voices dies from making the statement, they are prescribing with no more thought of cause than if there were no such thing. Talk is the cheapest thing in the world; the universal fault with the people is that they do not know what they are talking about.

To cure, cause must be removed. Drugs may relieve pain, but in doing so they remove the signs that nature furnishes to guide the physician in a correct treatment. So long as any disease remains, the symptoms should be left intact, for in no other way can a correct judgment be had of the true state of the patient, and without this understanding all treatment is chaos.

Masking and hiding symptoms are not the worst faults to be found with drugging. Drugs create disease. There are drug diseases which are worse than the diseases for which they are given. The drugs given for the cure of syphilis create a constitutional disease that can't be cured; the irony of this truth is that the drug disease is called constitutional syphilis, and the same drugs are given to meet the drug disease, which can't do less than intensify it.

There are people dying continually from heart and headache remedies; the diseases for which the drugs are given would not kill at any time.

દવાઓ અને નેચરોપથી વિષે મહાન પુરુષોના મત.

(સંપ્રાદક: ડૉ. મહાદેવ પ્રસાદ, એન. ડી.)

દવાઓ અને બીજા મહાન પુરુષોના વૈદક સંબંધીના અભિપ્રાય.

એક ઔગ્ધ કવિ (C. Churchill, in *Night*) કહે છે કે:

“ Most of those evils we poor mortals know,

From doctors and imagination flow.”

આપણુ મૃત્યુ દોષનાં માનવીઓ જે અનેક પિણ્ડો ભોગવીએ છીએ તેમાંની લગભગ
બીજી ભાગ ડૉક્ટરો અને ખોટી દ્રવ્યનાઓ તરફની મળે છે.

બીજા ઈંગ્લેન્ડ કવિ Butler કહે છે કે:

“ For men are brought to worse distress

By taking physic than diseases.

And therefore commonly recover

As soon as doctors give them over.”

“ રોગને લીધે બેઠકનું દુઃખ સહન કરવું પડે તેના કરતાં વધારે દુઃખ દવાઓ ખાવાથી
પરિણામે મનુષ્યોને ભોગવવું પડે છે. અને તેથી બ્યારે ડૉક્ટરો દરદીઓને અસાધ્ય ગણીને
તેમને દવા આપવાનું બંધ કરે છે ત્યારે તેઓ તરતજ સાજા થઈ જાય છે.”

કવિવર ડ્રાયડન (Dryden) લખે છે કે:-

“ Better to hunt in fields for health unbought,

Than see the doctor for a nauseous draught;

The wise for cure on exercise depend,

God never made his work for Man to mend.”

“ He escapes the best, who Nature to repair
Draws physic from the fields in draughts of air.

કવિવર લૉંગફેલો Longfellow લખે છે કે:

“ Joy and Temperance and Repose

Slam the door on the doctor's nose.”

કવિદ્વિજમૂળ્ય શૅક્સ્પીયર લખે છે કે:

“ Our remedies oft in ourselves do lie

Which we ascribe to others.”

કવિ Byron આપઘિયાતને The destructive art of healing “ સંહારક
વિષયાર પદ્ધતિ ” એવું નામ આપી તેના વિશેષન કરતાં “ The deadly virtues
of the healing art ” એવા શબ્દો વાપરે છે.

યોમસ યંગના જીવનચરિત્રમાં Dean Peacock લખે છે કે:—

Medical Men, my mood mistaking,
Most mawkish monstrous messes making,
Molest me. Much more manfully
My mind might meet my malady;
Medicine's mere mockery murders me."

મહાન શહેનશાહ Napoleon I એમણે પોતાના મુખ્ય ડૉક્ટર Antommarchi ને નીચે પ્રમાણે કહ્યું હતું.

"Believe me, we had better leave off all these remedies
—Life is a fortress that neither you nor I know anything about
Why throw obstacles in the way of its defence? Its own means
are superior to all the apparatus of your laboratories Medicine
is a collection of uncertain prescriptions the result of which taken
collectively, are most fatal than useful to mankind.

મારું કહ્યું માનો તો આ દવાઓ વાપરવાનું કામ પડતું મૂકો કારણ કે જીવંતી એ એક એવો ગઠ છે કે જેના વિષે હું કે તમે કોઈ કંઈજ જાણતા નથી. તો પછી તેના મંદસ્થિતિના માર્ગમાં અડચણો અંતરાયો શું કરવા નાંખવા બેઠો છો? તમારી પ્રયોગશાળાઓનાં સર્વ-સાધનો કરતાં સ્વસ્થસ્થિતિનાં અઘીયાતાં સાધનો શરીરને—જીવનને મળેલાં છે. અનિશ્ચિત પ્રીરક્ષીપણનો (ચિકિત્સા લેખો) ના સમુદાય આપણું આપધિશાસ્ત્ર છે, અને તેનું એકંદર પરિણામ બેઠો છો તો મનુષ્ય જીવને લાભ કરતાં હાનિકારક વધારે નિવડ્યું છે."

પ્રખ્યાત ડૉક્ટર Zimmerman હેનોવરથી નિકળીને પ્રખ્યાત શહેનશાહ ફ્રેડેરિક ધી ગ્રેટની: છેલ્લી માંદગી વખતે, સારવાર કરવા ગયો હતો. એક દિવસે શહેનશાહે આ નામીયા ડૉક્ટરને કહ્યું કે You have, I presume, sir, helped many a man into another world? "હું ધારું છું કે આપે ઘણાં એકમનુષ્યોને યજ્ઞપુરીમાં મોકલ્યાં હશે?" આ દરમિયાન ગોળી ગળવી ડૉક્ટરને બારે તો ચર્ધ પડી પરંતુ બદલામાં તેણે શહેનશાહને સત્ય અને ખુશામતના યોગ્ય પ્રમાણના મિશ્રણનો નીચે લખેલો ડોઝ પા્યો કે: Not so many as your Majesty, nor with so much honour to myself "મેં આપના જેટલા આણુઓને યજ્ઞપુરીમાં મોકલ્યાં એ નથી અને તેમ કરવામાં મને આપનો જેટલું માન મળ્યું નથી.

જાગૃદેવીની જેના ઉપર કૃપા હતી તેનો Addison નામનો ઇંગ્લેન્ડ લેખક પણ વૈદ્યીય ધંધા વિશે બહુ માનની લાગણી ધરાવતો નહોતો. આ જાણતમાં તેણે નીચે પ્રમાણે લખ્યું છે: "જે આપણે આપોષધચારના ધંધા તરફ નજર કરીશું તો બહુ ગમગીની નાણે તેણે પુરોના મુશ્કેલી આપણને જણાશે; અને તેમના દેખાવ માત્ર મનુષ્યને ગંભીર વિચારોમાં મરદાન કરી દેવાને બાક છે. કારણ કે We may lay it down as a maxim that when a nation abounds in physicians, it grows thin of people આપણે એ સત્ય સુધી તરિકે રીમગીરી ચરીશું કે જ્યારે પ્રજામાં તબીબો-ડૉક્ટરોની સંખ્યા

વધી પડે છે ત્યારે પ્રત્યક્ષની વસ્તીમાં ધણી ઘટાડો થાય છે.” તબીબી મંડળને એડીસનની સીઝરની વખતના લશ્કરની સાથે સરખાવે છે, કે જેમાં કેટલાકો રથની અંદર બેસીને સંદા-રતું કાર્ય ચલાવતા હતા, બ્યારે બીજા કેટલાક પગે ચાલી તેજ કામ કરતા હતા. રથમાં બેસનારાઓ કરતાં પગે ચાલનારાઓથી ઓછાં માણસોનાથ થતાં તો તેનું કારણ માત્ર એટલુંજ કે તે મિયાશઓથી ચારે દિશામાં ઝડપથી જઈ શકાતું નહિ, અને તેથી કરીને થોડા વખતમાં સંહારક કામ ગોટા પ્રમાણમાં કરી શકતા નહિ. ડૉક્ટરો અને ચોદાઓની આવી સરખામણી આખા ચલાવતાં એડીસન કહે છે કે “આરા Regulars અથવા સ્વીકારાયલા પ્રચલિત ધોરણે કામ કરનારાઓ ઉપરાંત બીજા કેટલાક Registered or Enlisted થયા વગરના પશુ ધણીએક લોકો તો તેજ કામમાં મંડી પડ્યા હોય છે, અને તેઓ પણ પોતાના હાથમાં સપડાઈ જનારાઓનું કાત્યાપન કાઢવામાં કયાયતી લશ્કરના કરતાં ઓછા કુશળ હોતા નથી.”

Adam Smith કહે છે કે The great success of quacks in England has been altogether owing to the real quackery of the regular physicians. “ઈંગ્લેન્ડમાં ઊંટ વૈદ્ય જાણી ગયું છે, તેનું એકજ ખર્ચ કારણ એ છે કે રેગ્યુલર ગણાતા (સર્ટિફિકેટ-અને ફેલોશીની કિશોમાવાળા Registered Doctors) ની અંદરજ પરખઈ ઊંટ વૈદ્ય ચાલી રહ્યું છે.”

અને તેથી Dr. C. Kidd ને ના છુટકે કહ્યું કરવું પડે છે કે “Our chiefest hopes (of medical reform) at present exist in the *outer* educated public. It is a sad, but humiliating confession. વૈદક શાસ્ત્રના સુધારાની આપણી મુખ્ય આશાઓ સદૃશ થવાનો આધાર વૈદક ધંધાની જહારના કેળવાયલા પ્રવચન ઉપર રહેલો છે, આ વાત દિલગીરી બરેલી, પણ ચરમ ઉપખાવે તેવી કહ્યુંલત છે.”

Medicine is no Science.

Prof. Valentine Mott, નામનો મહાન શસ્ત્રવેદ કહે છે કે, “Of all sciences medicine is the most uncertain. સર્વ શાસ્ત્રોમાં ઔષધિશાસ્ત્ર વધારેમાં વધારે અનિશ્ચિન છે.”

પોતાના વખતનો સારમાં સારો ઇંગ્લીશ સરજન, કે જેને ફક્ત એક એક ઑપરેશન માટે પંદર પંદર હપ્તર કે તેથી પણ વધારે શી મળતી હતી તે Sir Astley Cooper કહે છે કે “The Science of Medicine is founded on conjecture and improved by murder. આપણું ઔષધિ શાસ્ત્ર કલ્પના કે અતુમાન ઉપર રચાયેલું છે, અને અતુમાનો ખૂત કે વધથી તેમાં સુધારો વધારો થતો રહે છે.”

એડીનબર્ગની રોયલ કૉલેજ ઓફ ફીઝીયોલોજીના ફેલો ડૉક્ટર Dr. Abercrombie કહે છે-કે Medicine has been called by philosophers the art of conjecturing, the science of guessing. તત્વજ્ઞતાઓએ ઔષધિશાસ્ત્રને અતુમાનો કરનારી કળા અથવા માન આટકળો ગણવાનું શાખ એવું નામ આપેલું છે.”

ડૉક્ટર જૉન મેસન ગુડ Dr. John Mason Good, M. D., F. R. S. કહે છે કે The Science of medicine is a barbarous jargon and the

effects of our medicines on the human system is in the highest degree uncertain except, indeed, that they have destroyed more lives than war pestilence and famine combined એટલે કે, “ઔષધિશાસ્ત્ર એક દાંભિક અને ન સમજાય તેવો બકબકારો છે, અને દવાઓની મનુષ્ય શરીર પર થતી અસરો છેકજ્ઞ અનિશ્ચિત છે—આ વાતમાં ખરેખર અપવાદ માત્ર એટલેજ છે કે (અર્થાત એટલીજ વાતદમાત્ર નહીં છે કે)—મ્હોડી મ્હોડી લકાઇઓ, ભયંકર ઉંઠા રોગો, અને હુકાળો એ બધાંએ સામગ્રી મળીને જેટલાં મનુષ્યોનો નાશ કર્યો છે તે કરતાં પણ વધારે મનુષ્યોનો નાશ દવાઓથી થયો છે.

Dr. Benjamin Rush M. D. કહે છે કે “The art of healing is like an unroofed temple—uncovered at the top and cracked at the foundation.” ઔષધિશાસ્ત્ર એક છાપરા વગરના મકાન જેવું છે, કે જેના પાયા પણ ચીરાઇને તળાઇું જવું રહેલું છે. ”

રોગી અવસ્થામાં શરીરના બંધારણમાં થતા ફેરફારોના ઉદ્ધ અભ્યાસી મહાન જર્મન Pathologist Prof. Dr. Henle કહે છે કે “ Medical Science at all times has been a medley of empirically acquired facts and thoretical observations, and so it is likely to remain. ” સર્વે ક્ષણમાં ઔષધિશાસ્ત્ર તો ઉઠ વૈદાની પદ્ધતિએ—અજમાયશ ખાતર—એકત્ર કરેલી બાજનો અને તર્કમન્ય અભિપ્રાયો ઉપર રચાયેલું રચું છે, અને તેવુંજ રહેવાનો સંભવ છે. ”

અમેરિકાની Massachusetts Medical Societyના પ્રમુખ Dr. Jacob Bigelow M. D. કહે છે કે “Medicine is still an ineffectual speculation.” ઔષધિશાસ્ત્ર હજી સુધી એક કાંઈ પણ કાર્ય સાધી ન શકે તેવા એક સંશોના ધંધા જેવું છે.

ન્યૂયૉર્કના Dr. Samuel S. William M. D. કહે છે કે The medical art has not reached that stage of exactness entitling it to be called Medical Science; it still lingers on the verge of mythological age “ ડાક્ટરી વિદ્યા હજી એટલી નિશ્ચિત રિયતિએ નથી પહોંચી કે જેવડે તેને “શાસ્ત્ર” એવું નામ ધરી શકે; હજી તો તે દાદ્યનિક દત્તકથાના યુગની સિમા નજીક આપડે છે.”

પ્રખ્યાત ફ્રેન્ચ શારીરવિજ્ઞાનશાસ્ત્રી (Physiologist) Dr. M. Magendie દ્રોણેજમાં “ મેડિસિન ” એટલે ઔષધિશાસ્ત્ર ઉપરનાં બ્યાખ્યાન આપવાં શરૂ કરતાં બોધ્યા હતા કે “Gentlemen ! medicine is a great humbug. I know it is called science. Science, indeed ! It is nothing like science. Doctors are merely empirics when they are not charlatans. We are as ignorant as men can be. Who knows anything about medicine?I repeat, no body knows anything about medicine. આ શબ્દોનો આવાર્ય આ પ્રમાણે છે. ગૃહસ્થો ઔષધિશાસ્ત્ર એક મ્હોડી દગબાજ કે પ્રપંચભગ છે. મને ખબર છે કે તેને મિત્ર શાસ્ત્ર કે સાયન્સનું નામ આપવામાં આવે છે. પરંતુ ખરી રીતે તેમાં

સાવન્ય કે શાસ્ત્ર જેવું કોઈજ નથી. દવા વાપરનારા ઉપચારકો ધુતારા નહિ તો હંટ વેડું કરનારા તો છેજ. વધારેમાં વધારે અજ્ઞાન જેટલું હોય શકે તેટલા ગાઢ અજ્ઞાનમાં આપણે આ બાબતમાં ગોથાં ખાઈએ છીએ. આખી દુનિયામાં ઔપચારમાં અકસીર શુભ રહેલા છે એવું જ્ઞાન ધરાવતો કોણ દાવો કરી શકે છે ? હું કુરુ કહું હું કે કોઈ પણ માણસ ઔપચારના શુભ વિશે કંઈ માન, પણ જ્ઞાન ધરાવતો નથી.”

એડીનબર્ગ મેડીકલ કોલેજના પ્રોફેસર Dr. Gregory એ પોતાના વૈદ્યીય વિદ્યાર્થીઓના ટક્કાસ સમય એવાં વચનો ઉચ્ચાર્યા હતાં કે:

“Gentlemen, ninety-nine out of every one hundred so called medical facts are medical lies, and medical doctrines are for the most part, stark, staring nonsense. “મુદરચો, દવાને સમગી દર સો વાતો-માંવી નગ્નાણું વાતો તો વૈદ્યીય જ્ઞાણમાં હોય છે, અને ઔપચારને સમગી સિદ્ધાંતો, ધરૂ ભાગે ઉધારી અને હાહરતી ખૂર્ખતાજ હોય છે.”

લંડનની રૉયલ કોલેજ ઓફ ફીઝીશીયન્સના ફેલો પ્રખ્યાત ડૉક્ટર Dr. Ramage જણાવે છે કે “It cannot be denied that the present system of medicine is a burning shame to its professors, if, indeed, a series of vague and uncertain incongruities deserves to be called by that name. “આપણી આધુનિક ઔપચાર પદ્ધતિ-એ કે પદ્ધતિ આખર શાસ્ત્ર જેવું ઉચ્ચ પદ હાવતી આપણી પાયા વિનાની, અનિશ્ચિત અમંમનીય અને અમંમદ દવાઓ સંબંધીની વાતોને ખરી રીતે ધટુંજ નથી—તેની ઔપચારની પદ્ધતિ તેના પ્રોફેસરો અથવા અધ્યાપકોને એક બહુજ શરમાવનારી વાત છે.

Dr. Evans, Fellow of the Royal College of London કહે છે કે:—The popular medical system is a most uncertain and unsatisfactory system. It has neither philosophy nor common sense to commend it to confidence. “હાલમાં બહુધા પ્રચારે પામેલી ઔપચારિક અર્થત અનિશ્ચિત અને અનિશ્ચય અસંતોષકારક રીતિ છે. અને શુદ્ધિત્વ આખર સાધારણ આક્રમને આધારે વિચારતાં પણ તેમાં નિશ્ચય રાખવા જેવું કંઈજ નથી.”

Dr. J. M. Peebles M. D., says in his “How to Live a 100 Years and Grow Old Gracefully:—The old method of treating disease—well, say a cough—was this:—“An expectorant is given, and the cough is somewhat relieved; but the expectorant has produced nausea, and the appetite is gone, to restore appetite and improve the tone of the stomach, mineral acids are prescribed; the appetite gets somewhat better, but the acid has irritated the mucous membrane of the bowels and has produced diarrhea, to check which astringents must be given; these in turn, produce an aggravation of the cough, and so the round has to be reco-

nnenced." This may pass for regular scientific treatment but I have not the least hesitancy in pronouncing it pitiable quackery.

Dr. Rosenbach કહે છે કે:—

The history of medicine teaches us that any and every method of treatment has always been followed by a method based on exactly opposite principles, and it further demonstrates that all these differences have been upheld by fanatic adherents with the same fervour, under cover of equally good statistics; so that as a matter of fact, every form of treatment, at least in the opinion of its chief supporters, may justly claim identical value as to efficacy and healing virtues.

Medicine is positively Injurious.

ન્યુયૉર્ક યુનિવર્સિટી મેડિકલ સ્કુલના નણીતા અધ્યક્ષ પ્રોફેસર ડૉક્ટર Martin Pain M. D. પોતાના Institutes of Medicine નામના આપધ્યાયના અંશમાં એક વૈદ્યશાસ્ત્રમાં નણીતી લૅટીન કહેત " Ubi virus, ibi vitus " ટાંકી બતાવે છે જેનો અર્થ એવો થાય છે કે Strongest poisons are the best remedies. આજ ડૉક્ટર વધારેમાં એમ કહે છે કે " Remedial agents are morbidic in their operations, and therefore, in the administration of medicine, we cure one disease by producing another. " વ્યાધિ ઉત્પન્ન કરનાર ધરણો જે પ્રકારની ક્રિયા શરીરમાં પેદા કરે છે તેવાજ પ્રકારની વિકારી ક્રિયા કરવાનો શુભ દવાઓમાં પણ સહેલો હોય છે, અને તેથી દવાઓ ખરાબનીને આપણે એક રોગ દવારી ધને (મોડો વહેલો) બીજો રોગ પેદા કરીએ છીએ.

વિકલિસ્ટકે અને શસ્ત્ર વૈદ્યોની ન્યુયૉર્ક શહેરમાં આવેલી મોટી વૈવધીય પાઠશાળાના અધ્યાપક Prof. Dr. Alonzo Clark of the New York College of Physicians and Surgeons કહે છે કે: " In their zeal to do good physicians have done much harm. They have hurried thousands to their graves, who would have recovered if left to nature. All our curative agents are poisons and as a consequence, every dose diminishes the patient's vitality.

" દરદીઓને લાભ કરવાના આવેશમાં આવી જઈ દાક્તરોએ ઘણું હુકશાન મનુષ્ય જાનને ક્યું છે. કુદરતનેજ સોંપી દેવામાં આવ્યા હોત તો જેઓ સાજા થઈ શકત તેવાં દર્મરો માણુઓને અશક્ત તેઓએ મારી નાંખ્યાં છે. આપણી સર્વ ઉપચાર તરીકે વપરાતી દવાઓ વિનાશ્ય એરી હોય છે, અને તેથી તેની દવાઓનો દરેક ડોઝ દરદીની જીવનશક્તિ Vitality ઝાણી કરે છે. "

Dr. John Mason Good, M. D., F. R. S. જેઓએ " Book of Nature," " A System of Nosology," " Study of Medicine " નામના

મોટા અને નહીંતા ગ્રથો લખ્યા છે તેઓ લખે છે કે The science of medicine is a barbarous jargon, and the effects of our medicines on the human system are in the highest degree uncertain, except, indeed, that they have destroyed more lives than war, pestilence, and famine combined. “ઔપચિસાસ્ર એ એક જંગલી અને ન સમજાય તેવો બધવાદ છે, અને દવાઓથી શરીરને થતા લાભની વાત અત્યંત અનિશ્ચિત અને શંકાભરેલી છે, પરંતુ જો કોઈ વાત અપવાદ તરીકે નક્કી જ હોય તો તે એ છે કે મહાન હુકો-વિગ્રહો, મહામારીઓ એવી હકતા રોગો અને દુષ્કાળોના કરતાં પણ વધારે જીંદગીઓનો નાશ દવાઓએ કર્યો છે.”

વૈદક અને શસ્ત્રવિદ્યા સંમધીના એક પત્રના તંત્રી Editor of the Medico-Chirurgical Review, Dr. James Johnson, M. D, F. R. S. કહે છે કે: “I declare as my conscientious conviction founded on long experience and reflection that if there were not a single physician, surgeon, man-mid wife, chemist, apothecary, druggist, nor drug on the face of the earth, there would be less sickness and less mortality than now prevail.” લાંબા અનુભવ અને દીર્ઘ વિચારને આધારે, મારા ખરા અંતઃકરણના નિશ્ચય તરીકે હું જાહેર કરું છું કે જો આખી પૃથ્વી ઉપર એક પણ વૈદ કે ડૉક્ટર, સરજન કે શસ્ત્રવૈદ, દાઢ કે સુધાણી, કેમિસ્ટ, દવા બનાવી વેચનાર, ગોંધી કે કરિયાણાં રાખનારા, અને દવાઓ ન હોય તો હાલના કરતાં મંદવાક અને મરણીય પ્રમાણુ બહુ જ ઓછું થાય.”

પ્રેક્ટિસર ડૉક્ટર સેન્ટ જોન એમ. ડી. કહે છે કે “All medicines are poisons” સર્વ દવાઓ જડેર અથવા વિષ છે.”

એક અત્યંત કુશળ ડૉક્ટર તરીકે પ્રસિદ્ધિ પામીને મોટામાં મોટી શ્રી મેળનનાર વિશ્વ વિખ્યાત ડૉક્ટરોર્ગાના એક તરીકે ગણાઈ ગયેલા Dr. Baile એ પોતાના આત્મીય વર્ધના વૈદકના અનુભવ પછી એવો અભિપ્રાય જણાવ્યો હતો કે: I have no faith in physic અને દવાઓ ઉપર લેશ પણ શ્રદ્ધા કે વિશ્વાસ નથી.” અને મરણ પૂરે નિશ્વાસ નાખતાં એમ જોલતા હતા કે “I wish I could be sure that I have not killed more than I have cured. જેટલા દરદીઓને મેં સાજા કર્યા છે, તેના કરતા વધારે ને મેં (મારા ઔપચોપચાર વડે) મારી નાંખ્યા નથી, એવી માગ અંતઃકરણને ખાતરી કરી આપવાને હું છજું છું.”

એક દલિત, તત્વજ્ઞાની, વિદ્વાન ગ્રંથકાર અને કુશળ ચિકિત્સક (Physician) તરીકે અમેરિકામાં પ્રસિદ્ધિને પામેલા Prof. Dr. Oliver Wendell Holmes એમણે અમેરિકામાં આવેલી હારવર્ડ મેડિકલ સ્કુલના નિવાર્તિઓની સમક્ષ બાપણ આપનાં દંચુ કે, The disgrace of medicine has been that colossal system of self-deception, in obedience to which mines have been emptied of their cankerous materials, the vegetable kingdom robbed of

all its growth, the entrails of animals taxed for their impurities, the poison-bags of reptiles drained of their venom, and all the conceivable abominations thus obtained thrust down the throats of human beings suffering for some fault of organization, nourishment or vital stimulation. “ઔપધિરાજનું કાણું કલક પેલા ગળવર આત્મ-સંજ્ઞાને આભારી છે, જેને અતુસરીને મોટી મોટી ખાણોમાંથી પ્રાણુઘાતક ઝેરોને બહાર ખોદી કઢાડવામાં આવ્યાં છે, અદારભાર વનસ્પતિની અણાઅણાઓ તેમનાપરથી-ઉતારીને એકી કરવામાં આવે છે, પ્રાણુઓનાં મલીન આંતરણમાંથી નકે ઉસરીને કાઢી લેવામાં આવે છે, સાપ, વીંછી જેવાં ઝેરી પ્રાણુઓની ઝેરથી ભરેલી દોષળીઓ તેમાં રહેલાં વિષ મેળવવા માટે નીચોવી લેવામાં આવે છે, અને આવી આવી અનેક રીતે મેળવેલી જુગુપ્સા ઉપજાવે તેવી અણાઓ દવાના નામથી મનુષ્યોનાં ગળાંમાં બળાકારથી હડસેલી-રેડી દેવામાં આવે છે, જેનું દારણ માત્ર એટલું જ કે તેઓ ગિયારાં શરીર બધારણુના, ખાનપાનના અગર તો પ્રાણુપ્રોત્સાહ સંબંધીના કોષ દોષથી રિખાતાં હોય છે.” આજ વિદ્વાન પ્રોફેસર-ડૉક્ટર Holmes એમણે બીજે કોષ પ્રસંગે કહ્યું હતું કે: I firmly believe that if the whole materia medica, as now used, could be sunk to the bottom of the sea, it would be all the better for mankind—but all the worse for the fishes. “માફ ખાતરીપૂર્વક માનવું એવું છે કે, હાલમાં જે દવાઓ વપરાય છે તે બધીને એક સામગ્રી દરીયાને તળીએ ડુગાડી દેવામાં આવે તો તેથી મનુષ્યજાતને તેથી ઘણુંજ લાભ થાય, પણ બીયારાં માછલાંનાં (તે ઝેરી દવાઓને લીધે) નકામા ભોગ મળે.”

હંડનની રાયલ કૉલેજના ફેલો પ્રખ્યાત ડૉક્ટર Ramage જણાવે છે કે: It cannot be denied that the present system of medicine is a burning shame to its professors. How rarely do our medicines do good? How often do they make our patients really worse? I fearlessly assert that in most cases the sufferer would be safer without a physician than with one. I have seen enough of the malpractice of my professional brethren to warrant the strong language I employ. આપણી હાલની ઔષધોપચાર પદ્ધતિ તેના દિઆયતી પ્રોફેસરો અને ડૉક્ટરોને બહુજ શરમાવનારી છે. આપણાં ઔષધો કેવાં કચિત્તજ લાભ આપે છે? પરંતુ કેટલી બધીવાર આપણા દરદીઓની પ્રકૃતિને ઔષધો ખરેખર વધારે બગાડે છે? હું નિર્ભય રીતે નિશ્ચયપૂર્વક કહું છું કે ધેણાખરા કેસમાં ડૉક્ટર કે વૈદ્યના દવાના ઉપચારો કરવા કરતાં તેમના વિના ચલાવી લેનાર દરદીઓની જીંદગી વધારે સલામત રહે છે. મારા ધધાદાર બાઈબલ ડૉક્ટરોના દુરાચાર મેં એટલો બધો જોયો છે કે મેં વાપરેલા સખન શબ્દોને પુરતો આધાર અને વાજબીપણું મળે છે.”

Prof. Jamieson of Edinburgh કહે છે કે “Nine times out of ten our mis-called remedies are absolutely injurious to our patients. રોગના ઉપાય તરીકે ગણાતી અને વપરાતી દર દવા દવાઓમાંથી નવ દવાઓ આપણા દરદીઓને સંપૂર્ણપણે નુકસાનજ કરે છે.”

Sir John Forbes, M. D., D. C. L. (Oxon), F. R. S. Fellow of the Royal College of Physicians, Physician to the Queen's Household, Editor of the "British & Foreign Medical Review." etc. etc કહે છે કે "Some patients seem to get well with the aid of medicine, but more actually get well without it, and still more in spite of it. યોગ્ય દરદીઓ દવાની મદદ લેવાથી સાજ થતા દેખાય છે, પરંતુ તેના કરતાં પણ વધારે સંખ્યામાં દરદીઓ દવા વાપર્યા વગરજ ખરેખર સાજ થાય છે, અને તેના કરતાં એ વધારે મોટી સંખ્યા રોગ અને દવાઓનું ઝેર એ બંનેના ઉપર વિજય મેળવી સાજ થાય છે."

Dr. Frank કહે છે કે "Thousands are annually slaughtered in the quiet sick room. Governments should at once either banish medical men, and prescribe their blundering art, or they should adopt some better means to protect the lives of the people than at present prevail, when they look far less after the practice of of this dangerous profession, and the murders committed in it, than after the lowest trade. શાન્ત બોરડાઓમાં દવાઓ વડે સેંકડો દરદીઓના જીવ નષ્ટ છે; ખૂન થાય છે કહીએ તો ચાલે. અને સરકારે તેવી દવાઓ વાપરનારાઓનો ધધો બધ પાકો નોંધે. વગેરે."

Hydropathy જળોપચારની તુરંદેશમાં અભિપ્રાયો.

(Vide Hydropathic Encyclopedia pp. 46 to 51)

Prof. Dr. Clark કહે છે કે; "A sponge bath will often do more to quiet restless, feverish patients than an anodyne. જેને મુદ્દલ ચેન ન પડતું હોય કે શાન્તિ ન વળતી હોય તેવા લાવના દરદીને Anodyne એટલે શામક દવાઓના કરતાં પાણીમાં વાદળી બોળી બોળીને નસાવવાથી વધારે આરામ મળે છે."

એક જાણીતા ડૉક્ટર અને અધિકાર જણાવે છે કે "Remember, water, hot or-cold, is the greatest remedy we have in the materia medica. It is a diuretic; it is laxative; it is a sudorific; it is an anodyne; it is an emenagogue; it is an aperient; it is a cholagogue; it is an emetic; it is an antifebrile; it is an antiseptic; it is a sterilizer; it is a disinfectant; it is a demulcent; it is sedative; it is soporific. You can do almost everything with water that you can with drugs, and with better results, યાદ રાખજો કે વૈદ્યશાસ્ત્રમાં પાણી એ મોટામાં મોટો ઉપાય આપણે ધરાવીએ છીએ. પાણી પેસાન લાવનાર, ઝડો સાદ લાવનાર, પરસેવો લાવનાર, વેદના દારક, દસ્તાન અથવા રૂત્તને નિયમિત લાવનાર, રેચક, પિત્તની શુદ્ધિ તથા વૃદ્ધિ કરનાર, વખનકારક માને ઉઘડી કરાવનાર, જરૂર માને લાવનો દુધ કરનાર, એટી જંતુઓના નાશ કરનાર, એપી રોગોને દેખાતા અટકાવનાર, શામક, લોહીના વેગને

નરમ પાકનાર અને નિદ્રા લાવનાર છે. જે પ્રમાણે તમે દવાઓનો ઉપયોગ કરી શકો છો તેમ પ્રમાણે સાદા પાણીનો એક ઓફસીર ઉપાય તરીકે તમો દરેક રીતે ઉપયોગ કરી શકો, અને તે પણ વળી દવા કરતાં વધુ સારાં પરિણામ લાવીને. ”

Prof. Dr. Smith લખે છે કે: “ The vapour of warm water is the most efficacious expectorant we have. ” સાદા પાણીની વરાળ એ છાતીમાં ભરાયલા કફને છુટો પાકનાર સર્વોત્તમ કફધ્ન ઉપાય છે. ”

Dr. Friedrich Hoffman M. D., જેના પૂર્વજો બેસે વર્ષથી વૈદકીય ધધામાં મશહૂર હતા તે જે Halle માં જન્મ્યો હતો અને તે યુનિવર્સિટીનો મરણપર્યંત અધ્યક્ષ હતો અને જેની કીર્તિ આખા યુરોપમાં ફેલાયેલી હતી; જેણે *Medicina Rationalis Systemetica* નામનો મશહૂર વૈદક ગ્રંથ લખ્યો છે તે કહે છે કે:—

“ We assert that water is a remedy suited to all persons, at all times, that there is no better preservative from distempers, that it is assuredly serviceable both in acute and chronic diseases, and, lastly, that its use answers to all indications, both of preservation and cure. એમ એમ બાર મૂકીને ખાત્રીથી કહીએ છીએ કે દરેક મનુષ્યને તર્યે પ્રમોગમાં અનુકૂળ આવે એવો ઉપાય તે પાણીનો છે; વ્યાધિઓથી બચાવનારૂં તેથી સારૂં મીઠું એકે સાધન નથી; તીવ્ર તેમજ હલ્કું રોગો એ બંનેમાં તે ઉપયોગી છે એમ ખાત્રી કરી શકાય; અને છેવટે એટલુંજ કહેવાનું કે આરોગ્યના સંરક્ષણ અને વ્યાધિના નિવારણની બધાં બધાં અને જ્યારે જ્યારે જરૂર જણાય ત્યાં ત્યાં અને ત્યારે ત્યારે પાણી બગાડ અને પુરતું કામ બજાવે છે. ”

Dr. Boerhaave, M. D., [જેણે Royal Academy of sciences of Paris અને Royal Society of London ના ફેલો હતા; જેના વિષે *Encyclopaedia Britannica* લખે છે કે: One of the most celebrated physicians of modern times.....From the time of Hippocrates, no physician had more justly merited the esteem of his contemporaries and admiration of posterity than Boerhaave (Hermann)] લખે છે કે. “ No remedy can more effectually secure health and prevent disease than pure water. ખીન કોઈ પણ ઉપાય કે સાધન વડે તંદુરસ્તી બચાવવાનું અને રોગોને અટકાવવાનું કામ એવખા પાણીના ઉપાય કરતાં વધારે સારી રીતે થઈ શકે તેમ નથી. ”

Dr. Sir John Forbes, [M. D., D. C. L. (Oxen), F. R. S., Fellow of the Royal College of Physicians, Physician to the Queen Victoria's Household, Editor of the British and Foreign Medical Review, etc. etc.] કહે છે કે: “ In chronic diarrhoea, dysentery, and hemorrhoids the sitz bath appears to be frequently an effectual remedy. હલ્કું સંઘર્ષણ, મરડો અને અર્ધ અથવા મસા જેવાં દરદોમાં પણી-

થયું હોય તે તેટલું ફળ નહીં થયા વિના રહેજ નહિ. તેથી કુદરતે જેટલી શક્તિ પુરી પાડી હોય, તે ઉપરાન્ત જે સુવાવસ્થામાં માનસિક શ્રમ કરવામાં આવે, તે ખીજ કાર્યો કરવા સાથે જેટલી શક્તિ જોઈએ તેમાં ખાડો પડશે અને નક્કી કાંઈપણ જાતની હાનિ નિપજશે.

આમુક વયે મનને જેટલો શ્રમ આપવો જોઈએ તે કરતાં સેન્સાજ કંઈક વધારે માનસિકશ્રમ કરવામાં આવે તો શરીરના બાધા ઉપર તેની કાંઈક અસર જણાશે. એટલે શરીર જેટલું ઉચું થવું જોઈએ તે ન થતાં કંઈક નીચું રહેશે; અથવા તો કદમાં કંઈક નહીં રહેશે; અગર શરીરની શિરાઓ જોઈએ તેવી સારી થશે નહિ. માનસિકશ્રમ કરતી વખતે મગજમાં વધારે રક્ત જાય તે તથા માનસિકશ્રમ કરવાથી મગજને જે ધસારો પડેલો હોય, તે પુરો પાડવા સાથે જે રક્ત વપરાય તેટલું શિરા અને શરીરના ખીજ અવયવોમાં ઝાણું ફરશે, અને તેથી તેના પ્રમાણમાં શરીરની વૃદ્ધિ થતી અટકશે, અથવા ખોટા ખોટી પુરી પડશે, આવી પ્રતિક્રિયા થવાનીજ, ત્યારે વિચાર કરનારો એટલેજ કે આવી રીતે જે નુકશાન થાય તેના બદલો વાળે તેટલો લાભ મનની વિશેષ કેળવણીથી મળે છે કે નહિ? અગર શરીરવૃદ્ધિની ખામી રહે અથવા શરીરમાં જુસ્મો અને સહનશક્તિ અને એવા બાંધાની પરિપક્વતા ન થાય, તો તે ખોટાના બદલો જીવનશક્તિના શ્રમથી વિશેષ જાન મરજું તેથી વળી રહે છે કે નહિ?...જવાબમાં ના જ કહેડી પડશે એટ જ નહિ પરંતુ જે માનસિકશ્રમ આતિ વિશેષ હોય તો વધારે હાનિકારક પરિણામ થાય છે, તેની ખોટી અસર શરીરપર જણાઈ આવે છે; વળી મગજ ઉપર પણ તેની માડી અસર થાય છે. જીવનેંદ્રીય શાસ્ત્રના નિયમ પ્રમાણે વૃદ્ધિ અને શરીરના અવયવોની પૂર્ણતા એ બેમાં બહુ ફેર હોય છે. વૃદ્ધિ એટલે શરીરના કદનો વધારો; અને અવયવોની પૂર્ણતા એટલે શરીરના બાંધામાં વધારો. જીવનેંદ્રીય શાસ્ત્રનો નિયમ એવો છે કે આ બે ક્રિયામાંની કોઈ પેંચુ એક વધારે ઝડપથી ચાલે તો બીજી ક્રિયામાં વધારે અટકાવ થાય છે. એટલે જે ઉંચાઈ વધે તો પડોળાઈમાં કમી વર્ણુ આવે છે. કાટરપીલર (Caterpillar) અને ક્રાઈસાલીસ (Chrysalis) જંતુઓનાં પ્રાન્ત ઉપરથી આ વાત સમજવામાં આવશે. કાટરપીલરના શરીરનું કદ એકદમ વધે છે, પરંતુ તેના શરીરના અવયવો અસ્વાવસ્થામાં જેના હોય છે, તેવાને તેવાજ પુખ્ત ઉમરે આવ્યા પછી પણ રહે છે, ક્રાઈસાલીસનું કદ વધતું નથી, પરંતુ તે પ્રાણી આ અવસ્થાએ આવે છે ત્યારે તેનું વજન ઘટવા માંડે છે; અને શરીરના અવયવોનું બંધારણ કમ્પ્લેક્ષ (Complex) થવા માંડે છે. આવાં ન્હાનાં પ્રાણીઓના શરીરમાં જે વિરક્તતા નજરે પડે છે, તેવી મોટા પ્રાણીઓમાં જણાતી નથી. કારણ કે કદનો વધારો અને અવયવોની પૂર્ણતા એ બે કૃતિઓ એકજ સમયે થતી જાય છે. છોકરો અથવા છોકરી એ બેના શરીરમાં જે જે ફેરફાર થાય છે; તેના મુદાયવો દરીયું તો તદ્દાવન કેટલેક દરજ્જે જણાઈ આવશે. છોકરીનું મન અને શરીર જલ્દી પુખ્ત થાય છે; અને તેની વૃદ્ધિ થતી જંવ પણ વહેલીજ થાય છે. જે વખતે છોકરીના શરીરનું બંધારણ પૂર્ણ થઈ તેને પુખ્ત ઉમરની ગણવામાં આવે છે, અને તેની સર્વ શક્તિઓના અમલ શરૂ થાય છે, તેટલી ઉમરે છોકરોના બાંધો કાર્યો હોય છે. કેમ કે તેના શરીરનું કદ પ્રથમ વધવા માંડે છે; આ નિયમ આખા શરીરને લાગુ પડે છે. તેટલુંજ નહિ પણ શરીરના દરેક ભાગને પણ લાગુ પડે છે. એટલે કે શરીરનો એકજ અવયવ પુખ્ત અને મજબુત કરવાનોજ યતન ગણ્યો હોય તો ખીજ અવયવો નજાગ થાય છે. આની સાગિની કારીગર અને મજુર લોકોમાંથી મળી આવે

છે. હુદાર અને દંસારા, બારે મ્હોટા હથોડા વાપરી ઘાટ ધડે છે, તેમના હાથની જુગ્મઓ મળ્યુત થાય છે; પણ તેના પ્રમાણમાં પગ, અને બીજા અવયવો, તેવા મળ્યુત થએલા જણાતા નથી. તેમજ હલદારા, ખેપીઆ વગેરે લોકોના પગની પીંડીઓ જેવી મળ્યુત અને કસાએલી હોય છે તેવા શરીરના બીજા ભાગો હોતા નથી.

શરીરના કોઈ પણ ભાગનું બધારણ પૂરું થવા માંડે તો તેની વૃદ્ધિ થતી અટકે છે. આ નિયમ મગજને લાગુ પડે છે. મગજમાં બાહ્યાવસ્થામાં જુદા જુદા ભાગ પૂર્ણ ન થયેલો એથો એક માત્ર મેદુનો ગેળો હોય છે. અને તેમાં રહેલી જુદી જુદી શક્તિઓની કૃતિ અ-યોગ્ય ત્વરાથી કરાવવા માંડે તો ઉપરના પ્રમાણમાં મગજના જુદા જુદા ભાગ જલદીથી પરિપક્વ થશે. પરંતુ આમ ન કરતાં, સ્વભાવિક નિયમ પ્રમાણે મગજનું બધારણ પૂરું થવા દીધું હોત, તો જેટલી શક્તિ તેનામાં આવત અને તેનું જેટલું કદ થાત, તે કરતાં આ પ્રમાણે કરવાથી થોડી શક્તિ આવવાની ! અને કદ ન્હાનું રહેવાનું ! અને જે બાળકોમાં અકા-ગ્નિક માનસિક ચપળતા દેખાતી હતી, અને અમુક ઉમરનાં થાય ત્યાં સુધી તે બહુ હુસિયાર ગણાઈ બધા વિષયોમાં સરસ નિવડી આવતાં તે પાછળથી તેટલાં હુસિયાર ન નિવડતાં, તેમનાં માથાપ અને શિક્ષકોને નિરાશાનું કારણ થઈ પડેલાં. તેનું કેટલેક દરજ્જે ઉપર કહ્યું તેજ કારણ છે. ન્હાનપણમાં ઘણાં વખણાતા, અને હોશિયારીમાં ખપતા પણ પાછળથી પથ્થરના ભમરડા જેવા નિકળેલા છોકરાના ઘણા દાખલા વાંચનારના નેવામાં આવ્યા હશેજ. બાહ્યાવસ્થામાં હદ ઉપરાન્ત જીવનશક્તિ વાપરી હદ ઉપરાન્ત કેળવણી આપવાથી નુકસાન થાય છે, એ વાત સાધારણ રીતે માણસો જાણે છે. તેથીજ રીતે યુવાવસ્થામાં પણ તેવુંજ નુકસાન થશે તેનું તેઓને ભાન રહેતું નથી; એ ઘણું નવાઈ જેવું છે. બાળકમાં અકાગ્નિક શુદ્ધિની પરિપક્વતા થાય તો તે ખોટું છે એમ માથાપ કાંઈક સમજે છે. બાળકના મનને અસવયમાં પરિપક્વ કરવાને જે માથાપ મહેનત કરે છે, તેમને બીજા કંપકો દે છે અને તેમ કરવાનું કેવું પરિણામ થાય છે એ વાતની માહેતી હોય તો એવાં માથાપને વધારે બીંતિ લાગે છે. એક મહા વિદ્વાન જીવનદ્રિયશાસ્ત્ર એમ કહે છે કે:— “ મ્હે” મ્હારો છોકરો આઠ વર્ષનો થયો ત્યાં સુધી તેને કાંઈ પણ શિખવવાનું ધાર્યું નથી. ” આ વાત ઉપરથી અનુમાન શું નિકળે છે તે જુઓ. બાહ્યાવસ્થામાં જે છોકરાની મનશક્તિ પરાણે પરિપક્વ કરી તો તેથી શારીરિક દુર્બળતા અગર છેડે મૂર્ખતા કિંવા અકાગ્નિક મૃત્યુ, એ કંઈ નિષળ છે. આ વાત ઘણાના સમજવામાં છે, તોપણ યુવાવસ્થાએ, અતિ શ્રમથી તેવાંજ કળ મૂળનાં એ વાત ઘણાં લોકો વિસરી જાય છે, અને વાસ્તવિક રીતે પરિણામ તો એવાંજ થાય છે. મનશક્તિઓ અમુક ક્રમમાં અને અમુક નિયમ પ્રમાણે ખીણે છે. જે કેળવણીની પદ્ધતિ આ ક્રમ અને નિયમ પ્રમાણે હોય તો ઠીક; પણ જો પદ્ધતિ આ ક્રમ અને નિયમને અવગણી ન હોય, અને મન ઊંચે ચઢાવવાની શક્તિ નહિ એવી મિત્ર, અને શુભ, ખામતો મનમાં ધાલવામાં આવે અગર વચને યોગ્ય હોય તેવી કેળવણી ન આપતાં મનને અતિ કેળવણી આપવામાં આવે તો આવે અસ્વભાવિક લાભ થાય તેના જેટલું અગર તેથી વધારે નુકસાન તેની સામે થવાનુંજ.

હદ ઉપરાન્ત જીવનશક્તિ વાપરવાનાં ઉપર કહેલાં પરિણામ વારે હાનિકારક છેજ, પણ તેથી શારીરિક તન્દુરસ્તી જાગડીને મારાં પરિણામ નિષળ છે તે વગી વધારે હાનિ-કારક છે. તેથી શરીરનો ખાંધો ટુટી જાય છે, શારીરિક શક્તિઓ શિથિલ થઈ જાય છે,

અને મનોવૃત્તિ વિકારી થાય છે. જીવને દ્રિયશાસ્ત્રની કેટલીક તાજી શોધો કરવામાં આવી છે. તે ઉપરથી શરીરની કૃતિઓ ઉપર મગજની કેટલી સત્તા છે, તે જણાઈ આવેલું છે. અન્ન પાચન, અને રક્તવહન, તેમજ આ બે ક્રિયાને આધારે થતી શરીરમાં બીજી બધી મૂળ ક્રિયાઓ પ્રાયે મગજની રક્તિ ઉપર છે. વેગસ નામના જ્ઞાનતંતુઓ મગજ અને શરીરના અંતરાવયોને જોડે છે. જ્ઞાનતંતુઓને છંદેલાથી ક્ષેત્રું પોતાનું કામ કરવું કેવું અટકી જાય છે? અને તે જ્ઞાનતંતુ ઉપર થયેલી અસર જેમ જેમ ઘટતી જાય તેમ તેમ ક્ષેત્રમાંથી રૂધિર વહન થવા માંડીને તે પોતાનું કાર્ય જાળવવા માંડે છે. વળી તે જ્ઞાનતંતુઓને છંદેડીએ તો પાણી ક્ષેત્ર ઉપરતું તેવું કેવું પરિણામ થાય છે? એ જોના જોવામાં આવ્યું હશે તેનાથીજ અતિ શ્રમિત મગજની શિથિલતાકારક અસર શરીર ઉપર કેટલી થાય છે? તે સમજી શકશે. આવો પ્રયોગ વિષ્નુર નામના એક વિકાને કરેલો હતો. જીવને દ્રિયશાસ્ત્રના પ્રયોગથી જે પરિણામોના કારણે સમજવામાં આવ્યાં છે, તે પરિણામો તો આપણા જોવામાં ધણીવાર આવે છે.

આશા, ભય, ક્રોધ, અને હર્ષ, એમાંતુ એક પછી જ્યારે આપણે અનુભવીએ છીએ ત્યારે આપણું હૈયું કેવું ધડકે છે? અને જ્યારે અતિ ભય, અતિ ક્રોધ, અતિ હર્ષ, અને અત્યાશા, મનમાં હોય છે; ત્યારે હૈયું જાણે મહા મહેનતે પોતાનું હમેશનું કામ કરવું હોય એવું જણાય છે. એકએક ખુશીની ખખર સાંભળવાથી મન ઉપર અચાનક અતિ મોહનો ધક્કો લાગવાથી માણસનું જ્ઞાન જતું રહી તે કેની મૂર્ઝા ખાઈ પડે છે? તે વાત સર્વને માહિતજ છે; અને મનમાં અતિ હર્ષ, અતિ ભય, અતિ ગોઠ અને અતિ ક્રોધ અથવા ક્રોધ પછી લાગણી અત્યંત ઉત્પન્ન થઈ તો તેવું પરિણામ કેવું થાય છે? તે પછી આપણા જણવામાં છે. મનમાં જ્યારે ઉદ્વેગ થયો હોય ત્યારે પેટમાં પછી મિઠાડ થાય છે, મનની આનંદજનક અથવા દુઃખદાયક સ્થિતિ થાય તો ભૂખ ન લાગે, અને બોજન ઉપર અરુચિ થાય છે. તેમજ જો ખાધા પછી હર્ષજનક અથવા ખેદકારક વૃત્તાન્ત જાણવામાં આવે તો ધણી વખત ખાધું પાકું ફરે છે, (ઉલટી થાય છે) અગર તેવું પાચન મહા મહેનતે થાય છે. તેમજ અતિ જ્ઞાનસિદ્ધિ અથવા પછી આનંદ પરિણામ થાય છે. ઉપર જે દર્શાવ્યો છતાં છે, તે સહજ જ્ઞાનમાં આવે એમાં છે અને તે ઉપરથી મગજ અને શરીરનો સંબંધ કેવો છે તે પછી સમજશે. આ સંબંધ શરીરની અને મનની દરેક સ્થિતિમાં કાયમ રહે છે. મગજમાં કોઈ પણ મનોવૃત્તિ વિકાર જીવસાક્ષર પછી ક્ષણિક થઈ તેની તેટલીજ ઉઝા પછી ક્ષણિક અમર અંતરાવયો (Viscera) ઉપર થાય છે. તેમજ ચોડી-જીવસાક્ષર પછી ધણી મુદતની ઉદ્વેગજીવન પરિણામ પછી તેવું જ થાય છે, એટલે કે કોઈ પણ લાગણીનો ધક્કો મન ઉપર નેટયો થાય તેજ પ્રમાણમાં અંતરાવયો ઉપર અમર થાય છે. આ સિદ્ધાન્ત ખરો છે, એમ દરેક વેદ કહી શકશે. શરીરમાં પેટેનો સડો જીદી જીદી જાતનો અને એછોવતો હોય છે. કોઈક વખત માત્ર હૃદય રોગજ થાય છે. હૃદય વારેવારે ધગધગા કરે છે, નાડી નમળી થાય છે, અને તેના ધમકારા ૬૦ કિંવા તેથી પછી ઓછા થઈ જાય છે, કોઈક વખતે પેટમાંજ વિકાર ઉત્પન્ન થાય છે, અજીરું થઈ જાય છે, અને કેટલીક વખતે હૃદય અને પેટ એ બેમાં રોગ વગાય છે. ઉલ્ક ચોડી અને એક સરખી નહિ; વચમાં જાગી ઉઠાય અને મન પછી ચોડી ઘણું ઉદામ રહે છે.

ત્યારે વિચાર કરો કે મગજ ઉપર અતિશય ન સહન થાય તેટલો બધો બોલો નાંખવાથી કેમજળ બાળકો અને જીવાનીવાઓને કેટલું બધું નુકસાન થાય? વચ પ્રમાણે શુદ્ધિનો વધારો થાય, અને સ્વચ્છશક્તિ, કષ્પનાશક્તિ, વગેરેનો પણ વધારો થતો જાય. ત્યારે પછી

જેટલી મગજમાં સક્તિ હોય તેનાથી વધારે ભાર તેના ઉપર મુકનામા આવે તો ખચિત શરીર ઉપર હજારો તરેહથી તેની તુકશાનકારક અપર જોવામા આવે છે, અને જો ભારે મંદનાહ એકદમ ન આવે, તો પણ શરીર ધીમે ધીમે ગળતું જાય, અને બગની બીલકુલ હામિ થતાં ક્ષય વગેરે વ્યાધિની ઉત્પત્તિ થાય. જ્યારે જુખ થોડી ઘણી લાગે, રચિ ન થાય, અન્ન પુરૂ પમે નહીં અને લોહી સારી રીતે ફરતું ન હોય, ત્યારે માણસ ઉમરમાં વધતો જાય તો પણ, તેનું શરીર કેમ પૂર્ણ થઈ શકે ? જે પ્રાણરક્ષક ક્રિયાઓ છે તે બધીનું બંધારણ સાગ લોહીના જરૂર છે. જો સારા લોહીનો જરૂર ન હોય તો બીજી બધી પ્રાણરક્ષક ક્રિયાઓ બળહીન થાય, જે સારૂ લોહી પુરતું ન હોય તો શરીરમા જે નળાઓ છે તેમાથી નિકળતા પ્રવાહી પદાર્થ જમે નહીં, અને અંતરાવધનો પોતાની ક્રિયા પણ બગની થકે નહિ. સારા લોહીના પુરતા જરૂર વગર, શરીરના ગાનતંતુઓ, માસ-પિંડીઓ, અંદરની ત્વચા અથવા શરીરની બીજી રેવાઓને જે ધસારો પહોંચે તેની ખોટ પૂરી પડી શકે નહિ, અને તેઓ પોતાનું કામ બરાબર ન બજારે. સારા લોહી વગર જોઈએ તેની રીતે યુષ્ટિ થાય નહિ, શરીર વધે નહિ અને વધે તો પણ બળ યુક્ત ન હોય, આ બધાં કારણો ઉપરથી આપણને સહજ વિચાર આવી શકે છે કે જો લોહી સારૂ અને પૂરતા જરૂરમાં ન હોય તો જીવતા શરીર ઉપર તેનાં ઘણાં માઠા પરિણામો નિષ્પન્ને છે.

બધા કયુમ કહે છે કે અતિસાય અભ્યાસથી શારીરિક બળની હીનતા થાય છે. જ્યારે એમ છે તો કોમળ બાળકોને બળાત્કારે પોષકની પેટે પાક મોટા કરાવવામાં કેટલું તુકશાન થાય છે ? તેનો વિચાર વાંચનારાઓએજ કરવો. જેવી રીતે શરીર ધીમે ધીમે વધે છે તેજ પ્રમાણે મન પણ ધીમે ધીમેજ વૃદ્ધિ પામે છે, એટલે કે જેમ વય વધતું જાય તેમ મન પણ વિચારશક્તિમાં પુખ્ત થતું જાય છે, અને અસજીવશક્તિ પણ તેજ પ્રમાણમાં વધે છે, ત્યારે જો નાની વયમાં કે જે વયે મન પૂર્ણ રીતે પુખ્ત ન થયું હોય તે વખતે માઠ રહી શકે તેના કટાં વધારે બાગતો તેને શિખરવામા આવે તો તે બધી બામનો મુરત તેનાથી ભૂલી જવાય અને વળી અધ્યયન ઉપર મિલકુત રચિ ન રહે. કાંતો બુદ્ધિને જાણ્યું કાગે લગાડ્યાથી, અને તેને મિલકુત આરામ નહિ આપ્યાથી અથવા તો મગજ ઉપર તેની તપ્પીજ માઠી અસર થવાથી, પુસ્તકો ઉપર રચનારિક ચિહ્નાર ઉપર છે. હંમઓદે કહ્યું છે કે ઘણી મબધ વગરની ભિન્ન ભિન્ન બાજતોનો મનમાં સગદ થવાથી કુરનતું અધ્યયન થોડ્ય થઈ શમ્તું નથી, અને તેથી કુદરતના કારણોની છાપ મન ઉપર ઝાપી પડે છે, તેમજ શક્તિ ઉપરાંત મગજ ઉપર ઘણા વિષયોનો બોલો નાખવાથી મગજ મિચાડ દમાણ તબે આવી જઈ જઈ થઈ જાય છે. જેમ માણસમાં ચગમી વધે તે સાડ નહિ, પરંતુ પિંડીઓ વધે તોજ તે માણસ બળવાન થાય તેમજ વધારે બાગતો ફક્ત બળુવાથી મગજને દંધજ થાયો નથી. હવે ઉપગંતની મગજને શ્રમ આપવાની રીતમા માથી મોટી જૂથ એ છે કે તેથી તનદુસ્તીનો મિગાડ થાય છે, શરીરનો જીરસો જતો રહે છે અને તે જીરમ જોડે જંદગીમાં ઉપયોગી થઈ પડનાર બુદ્ધિની કેળવણી પણ બંન થઈ જાય છે.

આપણે એમ ધારીએ કે બુદ્ધિ ગાન મગજથી અને વય રતનાં જો અસ્થાસ કરવાથી રમારમાં ધન મેળવવા પાત થઈએ તો પણ ધન મને અને શરીર સા. ન રહે તો તે ધન આ ઉપયોગતુ ૧ ગમે તેવો મહાન હોયો પરંતુ સમીગમાં બગ ન હોય તો તેનું શું

કળ ? સર્વને ખબર છે કે સારો પચાવ, સ્વચ્છ લોહી, અને ખુશમિજાજ જેવું ખીલું એકે સુખ નથી. શરીર નશ્વરું હોય તો સુખ પણ દુઃખકારક થઈ પડે છે અને જો શરીર માંડે હોય તે દુઃખ થડે તો તે પણ હલકું લાગે છે. આ ઉપરથી ખાતરી થશે કે અતિશય અધ્યયન દરેક રીતે ખરાબ છે.

હિંદુત્વનાં લક્ષણો.

હિંદુઓના હરહાર તીર્થમાં એક મહાત્માએ મોટી સભા વચ્ચે હિંદુત્વ-હિંદુપણું શું કહેવાય? તે વિશે ભાષણ કર્યું હતું. તે વિદ્વાન વક્તાએ હિંદુપણાનાં ખરાં લક્ષણો દર્શાવી શ્રોતાજનોના મન ઉપર મારી અમર કરી હતી. તે મહાત્માએ હિંદુ કોને કહેવો? એ વિશે વિવેચન કરી તેનાં દશ લક્ષણો દર્શાવ્યાં હતાં. તે આ પ્રમાણે. ૧. જેનામાં સ્વદેશ સેવાની ભાવના સદા જગૃત રહે અને જે સ્વધર્મના રક્ષણને માટે સર્વસ્વ અર્પણ કરે તે હિંદુ કહેવાય છે. ૨ જે રાજકીય, વ્યાવહારિક અને ધાર્મિક એ ત્રણ વિભાગ ઉપર સ્વચ્છતા રાખવાનો આગ્રહ રાખે અને તેમાંજ આત્મજળને ઉપયોગ કરે તે હિંદુ કહેવાય છે. ૩ પોતાના દેશ ઉપર પરચક આગમ થાય, તોપણ પોતાના હિંદુત્વનું અભિમાન જે ગુમાવે નહિ અને હિંદુપણાના તેમને ઝાંખું થવા દે નહિ તે હિંદુ કહેવાય છે. ૪ દેશમાં તરવાર, પ્રથમ અને યુક્તિ ગમે તેટલી ચાલે તોપણ જે આર્યત્વને સાચવી રાખે, આત્માને ઉગારે, શરીરને દાસત્વમાં ઓકવે નહીં, અને આત્માર્થે શરીરનો ભોગ આપે તે હિંદુ કહેવાય છે. ૫ જે પોતાના ધર્મમાં, રાજ્યમાં, આચારમાં, વિચારમાં અને નીતિમાં ટેક રાખે, જડવાદ નારિતકતા અને આડંબર તરફ અભાવ જતાવે તે હિંદુ કહેવાય છે. ૬ જે નિરૂપાય સ્થિતિમાં આવે તો પોતાના શરીરને નમાવે પણ પોતાના આર્યત્વને નમાવે નહીં, તે હિંદુ કહેવાય છે. ૭ જે પોતાના દેશના ધર્મની અને પોતાના આચારની રક્ષા કરવામાં આત્માર્પણ કરે અને એ દેશ, ધર્મ અને આચારની ત્રિપુટીની ઉન્નતિ જોઈ અંતરમાં આનંદ પામે, શરીર રેખાંશિત કરે અને હૃદયમાંથી આવેશની ઉર્મિઓ ઉછાળે તે હિંદુ કહેવાય છે. ૮ જે અહંભાવને ગૌણ કરી નીતિ ધોરણે પ્રવર્તે અને અભેદમય ભાવનાનો વિજયધ્વનિ ગમવે તેજ હિંદુ કહેવાય છે. ૯ જે રાજના અધિકારને સર્વોપરિ માને અને તે અધિકારની પ્રતિષ્ઠા સાચવવા માટે, તેની છાતિનાં ઉજવળ કિરણો સમગ્ર દેશમાં પ્રસારવા માટે પ્રયત્ન કરે, તે હિંદુ કહેવાય છે. ૧૦ જેની વૃત્તિ સંક્રિયત ન હોય, જે સમગ્ર વસુધાને કુટુંબ માનનાર હોય અને જે અગ્નિ શત્રુ થઈ અંતે પરમપદની પ્રાપ્તિનો અભિલાષી થાય તે હિંદુ કહેવાય છે. હિંદુત્વ-હિંદુપણાનાં આ દશ લક્ષણોનું સ્વરૂપ દરેક હિંદુએ હૃદયસ્થ કરવા જેવું છે. હિંદુત્વના આ શુદ્ધ સ્વરૂપને હૃદયારૂઢ કરનારો હિંદુ પોતાના હિંદુત્વનું રક્ષણ કરવાને માટે મનતઃ ઉત્સુક રજા વગર રહેશે નહિ. તે પોતાના હિંદુત્વને અમાધિન રાખવાને તન, મન અને ધન અર્પણ કરશે.

(જૈન શાસન અને ગુજરાતી પંચ.)

ભારતીય મહિલાઓ પ્રતિ એક સંન્યાસીનો સંદેશ.

(સં ૦ વા ૦ ૫૦ દિવસ. ત્રિવેદી સુરત.)

શ્રી સ્વામી શ્રદાનન્દજી મદારાજ (જૂત પૂર્વ મહાત્મા મુન્શીરામજી) “ સદર્ભ પ્રચારક ખંડ ’ ના ખાસ મહિલાકર્મો નિમ્ન મદેશો લખી મોકલે છે. આજા છે કે તે શુદ્ધે શુદ્ધે પહેલાંકામાં આનશે.

“ ભારતવર્ષને વીર સંતાનોની અભાવશક્તિ છે. તેને મધ પીતે ઉન્મત્ત થનાર, રણ-સિંગા (માર્ગલ એન્ડ) ની તાનમાં મસ્ત બની ઝુઝનાર, મદાન્યની પેટે મોરચાપર ચઢી કપાઈ મરનાર સતાન નહિ જોઈએ. વળી તેને એવા સંતાન નહિ જોઈએ કે જે અન્યા-આરોધી ખીજવાઈ જઈને કોષના દામ બની અપરાધીને બંધે નિરપરાધીઓનું પણ જીવન પુરું કરે. ભારતમાતાને હવે એનાં સંતાનોની જરૂર નથી કે જેને કર્તવ્યપાલન કરાવવા માટે તાગીઓના ગડગડાટથી ઉત્તેજનાની જરૂર હોય હિદ્દેવીને હવે એના પુત્રો નથી જોઈતા કે જે લીખ માગના માટે પોતાનાં ભાવજોડે આઘાત પાતાળ એક કરે. જેઓ શરામ પીતે રણતુડીપર મસ્ત બની રણભૂમિમાં આગળ વળે છે તેઓ મદ્યને નિશા ઉતરી જતા તથા રણવાદના ફાટી જવાથી પોતાનાં હથિઆર પણ તર્તજ નીચે મુટ્ટી દે છે, જેઓ જીવન-માટ્ટથી ચીકાઈ જાય છે તેઓ અભ્યાસીઓની સામે પોતાની દાગ ન મગાવી મિથ્યારી વિધવાઓના ધનપર તુગી પડી અનાથોને નિર્ધન કરી જાય છે. જેઓ કર્તવ્યનિકો ધ્વનિની પ્રેરણાથીજ કર્તવ્યપાલન કરના માટે તૈયાર થાય છે એમને શ્રીમંત્રી વાહ ! વાહ ! ની લાવસા કદી કદી અધર્મના ખાકામાં પણ પટકી દે છે. જેઓ લીખને માટે આકાશ પાતાળ એક-કાર કરે છે, તેઓ સ્વાર્થમિદ્ધિને માટે પોતાની સમસ્ત જાતિને પણ વેચી શકે છે, માટેજ એનાં સંતાનોની ભાગ્યજનનીને આવશ્યકતા નથી.

“ ભારતમાતાને જરાયર વાદ છે કે તે એક વખત કર્મભૂમિ હતી, તે વેળા તેનાં મનના ભોગજીવનથી સે કડો કોશ દુર હતાં. તે મમયે ભૂમડાના લોકો અહિં આરિમંગ-દન શિક્ષા મેળવનારે આવતા હતા. આજે તે જનની એનાજ સંતાનોની યાચના કરી રહી છે. તે સમયના ભારતપુત્રો કેવા હતા ? જેને ઇન્દ્રિયો અને મન વશમાં હતા, જેને માટે કર્તવ્યપગયજ્ઞના એક સ્વાભાવિક વાત હતી, જેમને ધર્મમાર્ગથી લોભ, મોહ કે ભય ડગાવી રાક્ષસ નહિ. જેનાં વજ્ર સમાન હૃદયોપર કામદેવનાં ખાણો લાગનાની સાચેજ તે સ્વયં નીચે રાક્ષસ નહિ. જેમને મોટામાં મોટાં પ્રયોજનો પણ પોતાના મચ્છનના પાલનમાંથી હવાની રાક્ષસ નહિ. આથી આ વેળા ઉન્મત્ત બનીને, વશ પ્રચારે કપાઈ મરના તૈયાર થનાર સંતાનની જરૂર નથી. ભારતમાતા કઈ કાલી કરાતી દેવી નથી કે જેની શાંતિ માટે મનુષ્યોના ધનિની જરૂર હોય એ જનની તે શારંગ છે, જેની શાંતિને માટે અમર થનાર ઐશ્વર્ય સંતાનની જરૂર છે જેનું શરીર દહ હોય, બ્રહ્મચર્યના તેની જેના મુખની કાંતિ સદા ઉજવ રહેતી હોય, જે શુદ્ધચાત્રગયા પણ બ્રહ્મચર્યનું જીવન ગાળનાર હોય, જેને મૃત્યુને ભય પણ ધર્મપથથી જરા પણ ડગાવી શકે નહિ. એનાં સાત્ત્વિક સંતાનની જનની જન્મભૂમિને જરૂર છે.

“ એવાં સંતાનો માટે માતા પોતાની ભારતપુત્રીઓ પાસે યાચના કરે છે કે હું આર્થવર્તીય દેવીઓ ! એવાં બાળકો પેદા કરવાનો અધિકાર તમારોજ છે. સંસારના સૌથી પહેલા ધર્મશાસ્ત્રકારે તમને “ જ્યા ” એટલા માટે કહી છે કે તમારા ગર્ભમાં નવ માસ રહીને સંતાનનું સંશોધન થાય છે. મનુષ્ય કહે છે—“ પતિર્માર્થ્યો સંપ્રાવિશ્ય ગર્ભો મૂત્વેહ જાયતે । જાયાયાસ્તસ્મિ જાયાત્વં યદસ્યાં જાયતે પુનઃ । ” પતિજ બાર્થામાં પ્રવેશ કરીને ગર્ભ રૂપ થઇને સંસારમાં જન્મે છે, જે એમાં ફરીથી જન્મે છે તેજ જન્માનું જન્યત્વ છે.

“ હે દેવીઓ ! તમે જેવાં ચઢાશો તેવાંજ સંતાન પેદા થશે. મનુષ્ય વળી કહે છે કે— યાદશં મજતે હિ સ્ત્રી સુતંસૂતે તથા વિધમ્ । જેવા પ્રકારના પુરુષનું તમે સેવન કરશો તેવાજ પ્રકારનો પુત્ર પ્રસવશે. જે તમે ભોગવાદિની હશે તો તમે ભોગી પુરુષનેજ પસંદ કરશો; ત્યારે સંતાન કર્મવીર કેમ ઉત્પન્ન થશે ? પુરુષોમાં આત્મજળ ગણુજ થેહું હોય છે. હે દેવીઓ ! તમે આત્મજળના અધિષ્ઠાન રૂપ છો; જે તમે પુરુષોને આત્મજળ આપશો તોજ તેઓ સંતાનની શુદ્ધિમાં તમારી સહાયતા કરી શકશે. જે રીતે વીર્યનું સંશોધન તમારે આધીન છે, તેજ રીતે ઉત્તમ વીર્યનો નાશ પણ તમારાજ હાથમાં છે. જેટલું આત્મિકજળ તમારામાં અધિક છે, એટલીજ આત્માને નાશ કરવાની શક્તિ પણ તમારામાં છે. તમે શક્તિ તો છોજ. જે હવે તમે શારદા અને સરસ્વતીનું રૂપ ધારણ કરો તોજ સંતાન કલ્યાણ છે; પરંતુ જે તમે ચંદ્રિકાનો અવતાર ધારણ કરીને કાંકિની શાકિની સહિત ખડગ લઇને આવો તો સંસારને બરબીભૂત થવામાં પછી શો સદેહ છે ? એટલે હે દેવીઓ ! પોતાનામાં માતૃભાવ જગૃત કરો, કે જેવી આર્થવર્તીનું કલ્યાણ થાય અને માથે સાથે સમસ્ત સંસારનો ઉદ્ધાર થાય.

“ પુરૂષ પોતાની મૂર્ખતાથી તમારી પવિત્રતાને કલંકિત કરે છે. જે અગ્નિ તેઓ પ્રત્યક્ષિત કરી દે છે, તે જ્યારે પ્રત્યક્ષ થઇને સંસારને બરબ કરવા લાગે છે ત્યારે પછી જો આશ્ચર્ય ચકિત થઇને પોદાર કરી ઉઠે છે. હે આર્થ દેવીઓ ! પુરુષોની મૂર્ખતા બૂલી જઇને એમને માટે સંશોધક પ્રકાર જની જાઓ.

“ ભારતને વીર સંતાનની જરૂર છે. વીર સંતાન વીરોગનાજ ઉત્પન્ન કરી શકે છે. પરંતુ હે દેવીઓ ! તમે તમારાં શરીર, તમારું મન, અને તમારી આત્માની અવસ્થા તરફ જુઓ. લખનૌમાં કેન્ગ્રેસ (હૃદયતીય સભા) ના અધિવેશનમાં કુંડીઅષ દેવીઓને વેદી પર પ્રતિનિધિ રૂપે એટલી જોઇને ગમનૈતિક સમુદ્ધ ગણુ પ્રસન્ન થયો હતો. પરંતુ હું એ દૃશ્ય જોઇ જાઉં છું; યથો હતો. કિનારી ગોડાવાળાં સૂક્ષ્મ રેશમી વસ્ત્રો અને આભૂષણોની અંદર રહેલું મરીર શું કદી સ્વસ્થ રહી શકે છે ? ઉપરથી નીચે સુધી કાળા નાશુક પુદ્ગલો પહેરીને આલવાથી શું કદી શરીરને ઉચિત વ્યાયામ મળી શકે છે ? મેં ત્યાં જોયું કે પુરુષો જ્યારે વિદેશી અનુકરણનું દામ્યન સ્વીકારી સ્વયં પોતાનું વ્યક્તિત્વ નષ્ટ કરી સુધ્યા છે ત્યારે તેમણે તમને પણ પનંગીયાં (Butterflies) જેવી કુલકાકડી પુતળાઓ બનાવી દીધી છે. શું આપણા અધિકારીઓને મળવાને માટે ખરેખર કોટ, પેન્ટ, કોલર, નેકટાઇ ને ખુટની જરૂર છે ? મેં જોયું છે કે વાઇસરાય જેવાના મહેલમાં એક ગામડીઆ બેઠા પહેરનાર, ઉઘાડા અથવાગા, પોતીનું પહેરનાર ફલાહારીનું એટલુંજ માન છે કે જે રોડ

દેશના અપ-ડુ-ડેટ માંસાહારીને મળતું હોય. હે દેવીઓ ! જરા વિચારો, શું પતંગિદાના અર્જથી સિંહ ઉત્પન્ન થઈ શકે છે ?

“ હે માતાઓ ! જે તમને પતંગિદા બનાવી રહ્યા છે, તેઓ જાતિ અને જન્મભૂમિનો નાશ કરી રહ્યા છે. તમે એવા પુરુષોને કહી દો કે, “ જે તમારે પતંગિદા બેવાનો શોખ હોય તો તમારે અમારી પાસે ન આવવું. ” તમે તમારો જુનો પહેરવેશ ફરીથી ધારણ કરો. આ યુગના એક ઋષિએ સંવત ૧૯૩૨ માં લખ્યું હતું કે “ જ્યારે મહાંધ દુષ્ટ આતતાષ્ટ્રોથી પતિત કાયર હોંદુઓની વહુ બેટીઓના સતીત્વનો નાશ થવાનો ભય હતો ત્યારે અનુચિત પદ્ધતિના રિવાજ તે વેળા નીકળ્યો હતો; પણ હવે તે જુદા પદ્ધતિ દર કરી દો. ” વળી લખ્યું છે કે “ જે રીતે દક્ષિણાત્મ લોકોની સ્ત્રીઓ વસ્ત્ર ધારણ કરે છે તેવીજ રીત પૂર્વ હતી, કેમકે એથી કદી વસ્ત્ર અશુદ્ધ રહેતું નથી. આખો દિવસ જેમ પુરુષોનાં વસ્ત્ર શુદ્ધ રહે છે, તેમ સ્ત્રીઓનાં પણ શુદ્ધ રહે છે. ” શરીર સાથે જે વસ્ત્ર લાગે તેને નિત્ય ધોવાં જોઈએ; અને વસ્ત્ર એવાં પહેરવા જોઈએ કે જેથી શરીરને સૂર્યનો પ્રકાશ અને વાયુના સ્પર્શથી સદા પુષ્ટિ મળતી રહે. તે એજ નેત્રનવ કોઝેમની વેદી પર અંગાલી, કાસ્તીરી અને અન્ય દેશસ્થ પતંગિદાઓની સાથે એક બે મહાગણતી મહિલાઓજ એવી જણાતી હતી, કે વીર સંતાન ઉત્પન્ન કરવા યોગ્ય કહી સકાય.

“ હે દેવીઓ ! તમારે તમારા ખાનપાન, પહેરવું, ઓઢવું અને તમારા ખીજ બધા બનકારમાં સુખ્ય વાત પર દૃષ્ટિ રાખવી જોઈએ કામણ કે સારા યા નરસા સંતાન પેદા થવાનો આધાર તમારા પર છે. તમે પતંગિદા કેમ બનો છો ? તમે માનવીના સ્વાભાવિક મનન-શીલ ગંભીર બાવોને છોડીને હાવભાવ-નાય નખરાંનો અભ્યાસ શા માટે કરો છો ? એટલા માટે કે એથી પુરુષ તમારા પર મોહિત થશે, તમારા પર પ્રસન્ન થશે ? તેમ નથી. પરંતુ પરમેશ્વરજ તમને એ માટે વિશેષ શક્તિ આપી છે. જે પુરુષોને નખરાં અને કૃત્રિમ પરમેશ્વરજ તમને એ માટે વિશેષ શક્તિ આપી છે. જે પુરુષોને નખરાં અને કૃત્રિમ કાદમાઠ સારો લાગતો હોય, જેને પતંગિદાઓનો નાચ જોવાની ઇચ્છા હોય, તેઓ પોતે શા માટે મોરની પેઢે કળા કરી નાચતા નથી. જે પશુઓનું અનુકરણ કરવું હોય તો પુરુષ કરે.

“ હે માતાઓ ! તમે તમારા જીવન પરથી પુરુષોને એવું બતાવી દો કે “ તેમનામાં વિદ્યા, શુદ્ધિ, ખજ, પરાક્રમ, તે શરવીરતાને માટે પ્રેમ હશે તોજ તમારે યોગ્ય થઈ શકશે. ”

“ આજે ભારતીય મહાસભા (કોંગ્રેસ) ની વેદી ઉપર પતંગિદાઓ પોતાનું સાંસ્કૃતિક જાતાવજા આણે છે, તેવી કરીને કોંગ્રેસના પેટકાર્મ પર પુરુષો અને સ્ત્રીઓનાં બે કે ત્રણ દાર બાપજો બહેરા કાનોપર અથડાય છે અને બે કે કંઈ ક્ષણિક પ્રભાવ પાડે પણ છે તો પણ પેંણસલથી બહાર જતાંજ એ પ્રભાવ દૂર થઈ જાય છે પરંતુ જે દહાડે ભાગત મહિલા દેશી બેશી પહેરીને કિંવા ઉઘાડા પગથી, સ્વેત સ્વચ્છ વસ્ત્ર (સાડી) ધારણ કરીને સોના ચાંદીનાં ધરેણીથી સુન્દર થઈને, જમણી પાવત્ર ચાર નીરોમ, તેજસ્વી પુષ્ટ કન્યાઓ અને જોનાના ડાખા હાથ તરફ ચાર પુષ્ટ, દેદાપ્યગાન, ધીર પુત્રો સાથે લઈને કોંગ્રેસની વેદી પર પગ ધરવા માંડે તે વખતથી ભારતમાતાના હૃદયને શાંતિ વગવા માંડે.

“ આજે દેવીઓ ! ભવિષ્ય તમારાજ હાથમાં છે-કેવળ આર્પિતવર્તુન નહિ પણ સમ-

રત્ન ભૂમંડળનું—કેમકે સધળો સંસાર ભોગજીવનમાં વિષ્ણુ પત્ની પોકાર કરી રહ્યો છે. હો, અને પોતાના ધર્મરક્ષક અધિકારને સમજો. આ મમય હવે સુવાનો નથી. એમાં સત્તાનું ઉત્પન્ન કરવાની આગળથી તૈયારી શરૂ કરી દો, કે જેના તેજ માવથીજ મનુષ્યોનો ધન થયા વિનાજ મસારની કાયા પલટાઈ જાય. ભગવતી સીતાજીનો આશીર્વાદ તમે સૌ ભારત મહિલાઓને મળો એ આ સન્યાસીની મંગલ કામના છે.”

લો. મા. ગાંધીજી સત્યાગ્રહ વિષે.

સત્યાગ્રહની લડત કોણ કેવા સંજોગોમાં ચલાવી શકે? એ સંબંધમાં લો. મા. ગાંધીજી એક લેખ ગયા “ગુજરાતી” પત્રમાં પ્રકટ થયો છે જે વાચકોની નજીક માટે આ નીચે ઉતારી લેઈએ છીએ.

૧. ઇંગ્લેન્ડ શબ્દ ‘પેસિય રેઝિસ્ટન્સ’ એ, જે શક્તિ વિષે હું લખના ધાકું છું તેને મૂલ્ય પનારો શબ્દ નથી; પણ સત્યાગ્રહ શબ્દ તેને ખરાબર લાગુ પડે છે. સત્યાગ્રહ એ અત્યાનુ બળ છે, અને તે હથિયાર જરૂર બળનું વિરોધી છે. એ કેવળ ધાર્મિક સાધન છે, એટલે ધાર્મિક વૃત્તિનાં માણસોથીજ તેનો જ્ઞાનપૂર્વક ઉપયોગ થઈ શકે. પ્રસ્લાદજી, ગીરાંબાઈ વગેરે સત્યાગ્રહી હતાં. મોરોઝીની લગઈ વેળા ત્યાંના આરમ્ભની ઉપર ફેરોની તોપનો ત્રાસ લાગતો હતો. આરમ્ભો પોતાની આન્યતા પ્રમાણે કેવળ ધર્મને સારૂ લડ્યા હતા. તેઓ મરણીય થયા, અને ‘યા અલ્લાહ’ નો પોકાર કરી તોપચી તરફ ધસ્યા. આમાં મારવાને અવકાશ ન હતો. આ આરમ્ભોની ઉપર તોપ ચલવાની ફેર તોપચીઓએ ના પાડી, ને તેઓએ પોતાની ટોપીઓ હવામાં ઉગાડી ને હર્ષના પોકાર કરતા આ વીર આરમ્ભોની સાથે જોડ્યા. આ સત્યાગ્રહનો અને તેના જયનો દાખલો છે. આરમ્ભો જ્ઞાનપૂર્વક સત્યાગ્રહી ન હતા. તેઓ પોતાના આવેશમાં મરણની ભેટ કરવા તૈયાર થયા, પણ તેઓમાં પ્રેમભાવ ન હતો. સત્યાગ્રહી દેવ નથી કરતો, તે રોષમાં મરણને વશ નથી થતો, પણ પોતાની દુઃખ મંડલ કરવાની શક્તિથી ‘શત્રુ’ કે બુદ્ધમગારને તામે નથી થતો. એટલે સત્યાગ્રહીમાં વીરતા, ક્ષમ અને દયા હોવાં જોઈએ. ધમામહુમેને પોતાને સારૂ પોતાના છોકરા તથા ભત્રિજા સારૂ મરણ ભૂખ અને તરસ સીકાયો પણ તેઓ અન્યાયી શાસનને શરણ ન થયા. તે વેળા તેઓ જાણતા હતા કે તેમને જાણે મરણજ છે. પણ જો તેઓ અન્યાયને વશ થાય તો તેમના પુર પાર્યને ઝાંખપણુ લાગે, તેઓ ધર્મહીન થાય છે. આ વેળા તેઓએ મજબૂત સ્વીકારી મારી આન્યતા એવી છે કે ઇસ્લામની ઉન્નતિ ઇસ્લામની તલવારથી નથી થઈ, ઇસ્લામના ઇશ્વરોની આનુવિધીજ થઈ છે. તલવાર આગમાં કંઈજ નથી. મારનારો પોતાની જાન સમજે ત્યારે પોતે ખૂન કર્યાનું પાપ મમજી હાથ ધમે છે. મરનારે બૂલથી મરણ વરોધુ દરે તોયે તેને જયજ છે. સત્યાગ્રહ એ ‘અહિંસા ધર્મ’ છે, છટ છે. હથિયાર બળ દિમા છે તેથી સર્વ ધર્મમાં નિર્દોષ છે. હથિયાર બળના દિગ્વાપતી પણ હથિયાર વાપરતી બહુ દરે બે છે. સત્યાગ્રહને સીમા છેજ નહીં, અથવા છે તો તે સત્યાગ્રહની તપમર્માની દુઃખ સહન કરવાની શક્તિ છે.

દેખીતું છે કે આ સત્યાગ્રહ કાયદેસર છે કે નહિ એવા પ્રશ્નને જવાબ ત્રાહિત પુરૂષથી બપાય નહિ. તેનો જવાબ સત્યાગ્રહીજ દઇ શકે. તરતજ માણુમો મત્યાગ્રહનો આરંભ થયે તેની પરીક્ષા કરી શકે છે. સત્યાગ્રહીને દુનિયાની અપ્રમનતા રોકી શકતી નથી, સત્યાગ્રહનો આરંભ ગણિતના નિયમ ઉપર આધાર નથી મળતો. હારજીતના પાસા નાંખી જીતનો પામો પડે ત્યારેજ મત્યાગ્રહ કમલ એમ માનનાર બંને ગંભીરનિરુદ્ધાણ હો, વિચારવંત હો, પણ તે સત્યાગ્રહી નથી. સત્યાગ્રહી સહેજે કામ કરે છે.

સત્યાગ્રહ અને શસ્ત્રક્રિયા બન્ને અનાદિ છે. બન્નેની પ્રશંસા પ્રગવિત ધર્મશાસ્ત્રોમાં જોવામાં આવે છે. આ દેવી અને આશુરી સંપત્તિનાં સ્વરૂપ છે. આપણી માન્યતા છે કે હિંદમાં અગાઉ દેવી સંપત્તિ પ્રધાન હતી. હજી પણ આપણો આદર્શ એજ છે, આશુરી સંપત્તિ પ્રધાન્યનો સંયોગ નમૂનો યુરોપ આપી રહ્યું છે.

બન્ને બળ, દુર્બળતા જેને આપણે તોછડા પણ વધારે અસરકારક શબ્દ “બાલક-યવાપણું” થી ઓળખીએ છીએ તેના કરતાં ઘટ છે બેમાથી એકે વિના સ્વરાજનો કે લોકોની જાગૃતિનો સંભવ નથી. ક્રિયા વિના પ્રજેલું ‘સ્વરાજ’ સ્વરાજ નહિં હોય. લોકોની ઉપર એવા સ્વરાજની અસર કદંબ ન થઇ શકે. પોતાનું બળ અનુભવ્યા વિના કદા જાગૃતિ થવાનીજ નથી. આજેવાન ગમે તે કહે, સરકાર ગમે તેમ મથે, છતાં જો તેઓ અને આપણે બંધા સત્યાગ્રહને પ્રધાનપદ ન આપીએ તો શસ્ત્રક્રિયાનું જોર તેની મેજેજ વધશે. શસ્ત્રક્રિયા તો ધાસની પેડે છે. તે તો ગમે તેમ ભૂમિમા સ્વેચ્છાએ ઉગે છે. સત્યાગ્રહરૂપી પાકને સાદ પ્રયત્ન, સાદ્યરૂપી ખાતરની જરૂર છે. ને વાવેલો પાક જેમ ધામને છાટી ન કાઢીએ તો ધાસગોંઝ દગાઇ જાય છે તેમજ શસ્ત્રક્રિયારૂપી ધાસને તપશ્વર્ણથી ભૂમિ સાદ રાખી ઠગવા ન દેજો, અને ઉગેવાને દયાની ક્રિયાથી કાપી ન નાંખીએ ત્યાં સુધી તે જગ્યાજ છશે. જે ધુમ્મસો પોતાને લગતા મગકારી જીવમથી અંધીગ થયા છે, જેઓ તેથી ગેપમાં આવી ગયા છે તેઓને આપણે સત્યાગ્રહથી સમજાવી શકીએ છીએ ને તેઓની નીગતાને, તેઓના સાદમનો, તેઓની સદનશક્તિનો આપણા સત્યાગ્રહની દેવી સંપત્તિ વધારવામાં ઉપયોગ કરી શકીએ છીએ.

એટલે સત્યાગ્રહનો પ્રચાર જેમ વહેનો થાય તેમ ઇચ્છ્યા જોઈ છે. તેથી મળપ્રજ બનેને સુખ છે. સત્યાગ્રહી, સરકારને કે કોઇને હેરાન કરવા માગતો નથી, સત્યાગ્રહી અવિચારી પગલું ભરતો નથી, સત્યાગ્રહી ઉદ્ધતાઇ વાપરતો નથી, એટલે તે ‘બેપકોટ’થી અગ્રણી રહે છે, પણ સ્વદેશીયત ધર્મે સમગ્ર અડગ રહી હમેશાં પાળે છે. સત્યાગ્રહી કેવળ પશુ-રથીજ હરે તેથી બીજી સત્તા તેને બધ ઉપજાવી શકતી નથી. રાજના બધથી કમીતે તેને કૌંચ નજ છેડે.

હવે મારે લખવાની માગેજ જરૂર છે કે વિદુષી એનીમેસન્ટગ્રાહ અને તેમના સદાયકોને હોડાનવામાં સત્યાગ્રહ વાપરવાની જરૂર છે. તેમનાં બધાં કે એકે કાર્યને એ પસંદ કરે ન કરે, એ જુએ સવાલ છે. મને તો તેમના કેટલાંક કાર્યો પસંદ નથી. છતાં મારા નમ્ર વિચાર પ્રમાણે સંકારે મહા બૂલ કરી છે. સરકારને મન પસંદ નથી. છતાં મારા નમ્ર વિચાર પ્રમાણે સંકારે મહા બૂલ કરતી હોય એનો તે બૂલ નથી એ હું જાણું છું. પ્રજા તેમનો છટકારો ઇચ્છવામાં બૂલ કરતી હોય એનો ‘મહે સંભવ હોય, સરકારે તો તેમને સુખ્યું તે પ્રમાણે કાર્ય કર્યું છે. પ્રજા પેલીની દુશ્મા-

યક્ષી લાગણી રી રીતે બતાવી શકે? અરજીઓ વગેરે, સહા દુઃખોને સાર ધ્યાન છે. અસહ્ય દુઃખનો ધ્યાન સત્યાગ્રહનું છે. એ દુઃખ અસહ્ય હશે ત્યારેજ, અને એને અસહ્ય લાગશે તેજ, પોતાનાં તન, મન અને ધન એનીએસંટ બાંધને છોડાવવામાં સમર્પણ કરશે. એમ કરશે તે લોકલાગણીની ભારે નિશાની છે. આવા મહા ત્યાગની પાસે કોઈ પણ શક્તિ નથી જરો, એ મારી આગ શ્રદ્ધા છે. મોન્ટેગ્યુ સાહેબ આવે છે તેથી ભરે લોક પોતાની લાગણીને સમાવે. સમાવડી એ તેમની ન્યાયબુદ્ધિનો, સરકારનો વિશ્વાસ બતાવવાની નિશાની ગણાશે. પણ જો મોન્ટેગ્યુ સોહેબના આવતાં પહેલાં તે ન છુટે તો આ અદ્ભુત શક્તિનો ખ્યાલ ગ્રહણ કરવો એ આપણી ફરજ છેજ. તે વાપરવામાં જે પ્રયત્ન કર્યો છે તે એ શ્રમિ વાપરીને આપણને થતા દર્દનું શુદ્ધ માપ સરકારને બતાવીયું; આપણે ધરિદો તેમને ચીક-વવાને નથી, તેમને હેરાન કરવાનો નથી. હું માતું છું કે સત્યાગ્રહના પ્રયોગમાં સરકારની સેવા રહેલી છે.

રંગથી થતી અસર.

જુન જુન પ્રકારના રંગ આપણી નજરે પડે છે; તેની અસર પણ જુદા જુદા પ્રકારની થાય છે. કોઈ રંગના સામા રહેવાથી આનંદ, કોઈ રંગને સાગો રાખવાથી શરીરમાં જુરમો અને કોઈ રંગના સામા રહેવાથી ગુનાન ઉપજે છે. એક ગાયનાચાર્ય (Henmat Dareweki) નું કથન છે કે કોઈ રંગને સાગો રાખવાથી આવેગ ઉત્પન્ન થાય છે, અને મનના વિચાર બદલાઈ જાય છે. એટલે મિનન મિનન રંગના સામે રહેવાથી મિનન મિત્ર સ્વરની ઉદ્દિષ્ટિ થાય છે. આ પ્રજાણે હકીકત છે ત્યારે મનોશક્તિની સ્થિતિમાં ફેરફાર થવાનું કારણ પણ રંગથી થતી અસર ઉપર આવડાંબી રહે છે. આ ઉપરથી સામીન થાય છે કે આપણા આરોગ્યનો ગાઢ સંબંધ જુદી જુદી ભતતના રંગ સાથે રહેલો છે. એક અનુભવી (Lizst) નું કથન છે કે, નારંગી રંગ જોવાથી ભૂતકાળની વાતો યદ આવે છે, ગાઢો વાદળી રંગ જોવાથી મનની ગતિ મંદ થઈ જાય છે, અને મન મિનન થઈ જાય છે. લીલો રંગ, પીળો રંગ અને એકો લાલ રંગ જોવાથી ચિત્ત આનંદિ અને પ્રકુદિષ્ટિત થાય છે અને મસ્ત બની જાય છે. ધામની લીલોતરી, આકાશનો વાદળી રંગ મનને શાન્ત અને સ્તિગ્ધ કરે છે. મચિન વાદળી રંગ જોવાથી વિષાદ અને ઉત્પન્ન થાય છે. પીળા અને લાલ રંગના મિશ્રણથી ગાઢો લાલરંગ થાય છે તે મનને ચંચલ અને ઉન્મત્ત બનાવી મુકે છે. મલિન પીતલવર્ણથી હૃદયનાશક્તિની વૃદ્ધિ થાય છે. મલિન લાલ રંગથી બાવલદરી અને સ્વપ્નરૂપનાને ઉત્તેજન મળે છે. લીલુડીયા રંગથી વિષાદભાવ વધે છે. મચિન ચંદ્રલોકથી અસ્પષ્ટ અસીમતાના ભાવનું સ્મરણ થાય છે. આ સર્વે રંગને એક એક ગોળ પગિધિમાં મેલી દ્રષ્ટિ માં ગોળ ચક્કર માફક ફેરવવાથી હાર રક્તનો ઉદ્ભવ થાય છે. જો કોઈ માણસને લાલ રંગની દીવાલો અને લાલ રંગના કાચ કમાડ કે બારી બારણાંવાળા ઘરમાં કંઈ દિવસ મુડી પુરી રાખવામાં આવે તો તે તદન મોઝ થઈ જાય છે. લીલા કે આમબાની રંગવાળા બનાવવા મુજબના મકાનમાં લીલી મુઠલ કે બેસી લાઈવાનું કામ કરવામાં આવે તો પણ મેઝાં રિગ્ધ રહે છે. સપાટમાં ઉડી સ્વચ્છ

અને શુભ આશોદાય વખતે ફરવા માટે જવાય તો મન પ્રસન્ન થાય છે, દેહમાં નહું બળ અને મનમાં કામ કરવાની સ્ફૂર્તિ પેદા થાય છે. પરંતુ આકાશ વાદળથી છવાયેલું કે ધુમસવાળું મલિન અને શકિતહીન હોય તો તેવામાં ફરવા જવાથી ઉલટી મનને ઉદાસીનતા પ્રાપ્ત થાય છે. સૂર્યને જોવાથી જેની રીતે આપણે પ્રસન્ન થઈએ છીએ તેવાજ રીતે નાની નાની વનસ્પતિ પણ સૂર્યને જોઈ પ્રસન્ન થાય છે અને જેમ જેમ તે ફરતો જાય છે તેમ તેમ તેના તરફ તે નમતી જાય છે. કારણ કે તેનાથી તેમને પોષણ અને શક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે. આ રંગકલ્પનાથી ચિદ્રિત્સક લોક રંગ સંબંધી અનેક કલ્પનાઓ કરી ભિન્ન ભિન્ન રચિવાળાં મનુષ્યો અને રોગીઓને માટે મહાન અને કષ્ટાંતો રંગ નિશ્ચિત કરી તેમની પ્રકૃતિને આરામ કરે છે. (“ સુધાનિધિ. ”) રંગથી રોગો ઉપર ચમત્કારિક અસર થાય છે. એ વાત નિશ્ચિત થઈ ચુકી છે. આપણા દેશી અને નિદેશી વૈદકશાસ્ત્રની રચના વનસ્પતિ અને ખનિજ પદાર્થ ઉપર ઘણું ભારે થયેલી છે. જુદી જુદી જાતના રંગો વનસ્પતિ અને ખનિજ પદાર્થમાં છે. અને તેવા રંગો તે વનસ્પતિ કે ખનિજ પદાર્થમાં કેવી રીતે અને ક્યાંથી આવે છે તે સંબંધે અમે જ્યોતિષશાસ્ત્ર અને યજ્ઞોતે કેવો નિકટનો સંબંધ છે અને યજ્ઞોતે અસર મનુષ્ય જાત અને દરેક પ્રાણી પદાર્થ ઉપર કેવી રીતે થાય છે. એ સંબંધે જ્યોતિષશાસ્ત્રની સત્યતા માટે લીવેલી સમાચોચનામાં વિસ્તારથી બતાવેલું છે. આપણા ખાનપાન અને રહેણી કરણીની અવ્યવસ્થાને લીધે શરીરમાંનો અમુક રંગ ઓછો થાય છે તેથી અમુક જાતના રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. તે રોગ મટાડવા માટે તેવો રંગ જે વનસ્પતિ કે ખનિજ પદાર્થમાં હોય તેની વનસ્પતિ કે ખનિજ પદાર્થવાળી દવા આપવામાં આવે તો દરદ તુરત મટી જાય છે. પરંતુ તેની યોજના ન થતાં ખીજ રંગવાળી દવા આપવામાં આવે તો જરા પણ ગુણ લાગતો નથી. વૈદકશાસ્ત્રની રચના રંગ ઉપર કેવી રીતે થયેલી છે તે અમે અન્ય પ્રમંગે લખીશું.

સ્વીકાર અને અવલોકન.

સ્કૂલો અને કોલેજોમાં દેશીભાષા મારફત અપોષ્ટ જોઈતું શિક્ષણ. (Vernaculars as Media of Instruction in Indian Schools and Colleges) એ નવે એક ઇંગ્રેજ લેખ પુસ્તકના આકારમાં ડૉ. પ્રાણજીવનદાસ જે. મેકના, એમ. ડી, ઍસિસ્ટન્ટના તરફથી લાયક માણસોને મફત વહેંચવા માટે છપાઈને પ્રસિદ્ધ થયો છે, અને તેના નાનકડા ઉપોદ્યાત મહાન દેશમક્ત અને હિંદી અને દેશી ભાષાના સખગ હિમાયતી મહાત્મા મોહનદાસ ગાંધીએ લખ્યો છે. લેખકની પ્રથમ દલીલ એ છે કે ઇંગ્રેજ ભાષાના શિક્ષણ પાઠ્ય કેટલાંએ વર્ષો ગુમાવ્યા છતાં ઇંગ્રેજ ગોલનાર હિંદવાસીઓનો ધણોજ મોટો ભાગ બહુધા અમુક ઇંગ્રેજી લખી વાંચી શકે છે. તો આવી પાસથી અમરી ભાષાના ભાષુવા પાઠ્ય જાદગીનો ધણો હીમતી અને મોટો ભાગ ગાળવો એ બહુ હાનિકારક છે. ખીજ દલીલ એ છે કે, આવી બહુજ અપૂર્ણ રીતે શિખાયેલી ભાષાદ્વારા નિયાજો અને પાઠશાળાઓમાં મણિને, દત્તિકાસ, બોયોજ, તત્વજ્ઞાન, અર્થશાસ્ત્ર વગેરે શિખવવાથી વિદ્યાર્થિઓના મગજ ઉપર વિના કારણ બેદર બોને પડે છે, અને શિખવાતા વિષયોમાં રસ

લેવાને બદલે વિદ્યાર્થીએને પરીક્ષામાં સફળ નિવડતા માટે ગોખણપટ્ટીની તુકરાનકારા ટેવને વશ થવું પડે છે. આથી પરિણામે શરીર અને મગજ નિર્બળ અને નિસ્તેજ બની પ્રજ્વળી પ્રતિભાશક્તિ અને સર્જક અને ઉત્પાદક શક્તિ પ્રતિદિન ક્ષીણ થતી જાય છે. વર્ણ પારકી ભાષાના હદ ઉપરાંતના મોહને લીધે આપણું દેશીપણું-સંસ્કૃત્ય નાશ પામતું ચાલ્યું છે; આપણા આર્ય સંવત્સર અને તિથિને બદલે ખાનગી વ્યવહારમાં પણ ઇસ્વીસન અને તારીખનો ઉપયોગ થવા લાગ્યો છે; ઇંગ્રેજ બજેલાઓ ધણી વાર પોતાની નોંધપોથીઓ (ડાયરી) અને ખર્ચનો હિસાબ પણ ઇંગ્રેજ ભાષામાં લખવાનો રિવાજ રાખે છે; દરજી, જ્વેલી, ધોબી, હામમ, અને એવા બીજા સામાન્ય ધંધાધરીઓ કે જેમનો રોજગાર મોટે ભાગે દેશીભાષા બજાનારાઓ સાથેજ યુગ્ધાયક્ષો હોય છે તેઓ પણ પોતાની દુકાનો, ધંધા વગેરેનાં નામ ઇંગ્રેજ ભાષાનાં રાખે છે, અને પાટીયાં પણ ધણીવાર તેજ ભાષાના અક્ષરોમાં ચીનરાવે છે; વાતચીતમાં ઇંગ્રેજ બજેલાઓ અર્થોર્થ શબ્દો પરભાષાના વાપરી “મારા કાંધરનો લેટર આપને પોસ્ટમાં મળ્યો હશે,” એવાં વર્ણમંકર વાક્યો એક પછી એક બોલે જાય છે, અને ઇંગ્રેજ સામાન્ય નામો કે સંસ્કૃતચક્ર શબ્દોને યુગરાતી ભાષાના બહુ વચનના પ્રત્યયો લગાડી. “આ છુકસો. (ચોપડીઓ) મારાથી ઉપડતી નથી” એવાએવા વિચિત્ર શબ્દ પ્રયોગો કરે છે; ઇંગ્રેજ નહિ બજાનારને આ લોકો પોતાના વિચારો કે જ્ઞાનનો લાભ આવી ભાષા વાપરવાની ટેવ પડી જવાથી આખી શકતા નથી. લગભગ દોઢસો વર્ષ થઈ ગયાં ત્યારે હજુ આપણા દેશમાં સરેરાશ દર પચીસ સો માણસે માત્ર એકજ માણસને ઉપર કહ્યું તેવું ઇંગ્રેજ આવડે છે. આ રીતે જેતાં કેટલા અખમ રૂપીમાં ખર્ચાય અને કેટલાં સૈદ્યો ચાલ્યાં જાય ત્યારે આખા હિંદુસ્તાનની સામાન્ય ભાષા ઇંગ્રેજ થઈ શકે? ઇંગ્રેજની પાછળ લેવાતા શ્રમનો મોઝો ભાગ પશુને હિંદીભાષા, પાછળ લગાડવામાં આવે તો દેશની ઉન્નતિ અનિવરિત રીતે થાય, એમ લેખકનું માનવું છે, અને તેજ વિચાર તરફ દેશના ધણાક આગેવાનોનું વલણ વધતું જાય છે. અત્યંત શોકની વાત તો એ છે કે સંસ્કૃત, શરસી, અરબી જેવી એશીયા ખંડની ભાષાઓ જે હાલમાં વપરાતી આપણી દેશી ભાષાઓની માતાશ્રય છે અને તેની દેશી ભાષાઓની મારફતજ ઉપર કહેલી સંસ્કૃત, શરસી વગેરે સહેલાઈથી શીખી શકાય તેવી છે, તે ભાષાઓ પણ ઇંગ્રેજ જેવી તદ્દનજ પરભાષાની મારફત આપણને નિશાળો અને પાઠશાળાઓમાં શીખવવામાં આવે છે. આ ધણીજ અવિચારી અને અધરતી પ્રથા છે, જે સત્વર બંધ પડવી જોઈએ. “માનસિક જીવન”માં મી. હૅમરફને રજુ કરેલી નીચેની પાંચ સળજ દલીલો ડૉ. મહેતા ટાંચી બતાવે છે:-

(૧) બ્યારેપણ એક પરભાષાનું જ્ઞાન સંપૂર્ણ રીતે પ્રાપ્ત કરવામાં આવે છે, ત્યારે કુંઠબમાં વિચિત્ર પરિસ્થિતિ ઉત્પન્ન થાય છે. એટલે કે, તેવી વ્યક્તિ એ કાંતો (તે પરભાષા જેની માતૃભાષા હોય તેવી) પરદેશી વ્યક્તિ સાથે લગન કર્યું હોય છે, અગર તો તે વ્યક્તિનાં માતાપિતા જુદી જુદી જાતિ-દેશનાં હોય તે એક પ્રકારે વર્ણમંકર હોય છે.

(૨) બ્યારેપણ કોઈ પરભાષામાં સંપૂર્ણ પારગતપણું મેળવવામાં આવ્યું હોય છે (અને તેવા કેટલાક લખલા બનેલા છે) ત્યારે પોતાની માતૃભાષાના જ્ઞાનમાં લગભગ હારેશાં કેટલીક ખામી આવ્યા વગર રહેતીજ નથી, અને

તેથી કાંતો માતૃભાષા વિશુદ્ધ રૂપમાં બોલી શકાતી નથી, અગર તે સંપૂર્ણ સરળતા કે સહેલાઈથી બોલાતી નથી.

(૩) કેટલીકવાર એક માણસ બે લુદી લુદી ભાષાઓ પોતાના બાપની અગર પોતાની માની અથવા પોતાની અને પોતાની પત્નીની-વગર ભૂલે બોલી શકે છે, પરંતુ તેવી રીતે કદી પણ ત્રણ ભાષાઓ બોલી શકતો નથી.

(૪) નાનાં છોકરાં દેશીઓની માફક ખરાબર રીતે ઘણીક ભાષાઓ બોલી શકે છે, પરંતુ તે લુદે લુદે કાળે એક મૂકીને બીજી એવી રીતે, પણ એક સામઘી કદીએ નહિ. એટલે કે બીજી શીખતા પૂર્વે પહેલો ભૂલી જાય છે, અને એ રીતે એક એક ભૂલતા જઈને નવીન શીખે છે.

(૫) પુખ્ત વયના મનુષ્યથી જે દેશમાં અમુક ભાષા માતૃભાષા તરીકે બોલાતી હોય તે દેશમાં પાંચ વર્ષ સુધી નિવાસ કર્યા વગર ત્યાંની ભાષા ખરાબર શીખાતી નથી, અને બારિક અવલોકન નવીન શબ્દપ્રયોગ અને વાક્યપ્રયોગ ધ્યાનમાં રાખવાની દેવ વગરનો મનુષ્ય તો વીસ વર્ષ તે દેશમાં ગાળે તોપણ પુરતાં થાય નહિ.

આવાં આવાં અનેક કારણોને લીધે આપણે એનાજ નિર્ણય ઉપર આવી શકીએ છીએ કે નિશાઓ અને પાઠશાળાઓ (કોલેજો)માં જ્યાંએ નિવાસિઓને ઈંગ્રેજી શીખવાની ફરજ પાડવી એ વાગ્યું નથી. વળી દેશીભાષાનું સાહિત્ય ખીલવા માટે એ પણ જરૂરનું છે કે શાળાઓ અને પાઠશાળાઓમાં શિખવાતા વિધિવિધ વિષયોનાં પુસ્તકોની ભાષા દેશીજ રાખવી. હાલમાં તો પરભાષા સુખ્યત્વે એજ હેતુથી શીખવવી જોઈએ કે તે ભાષામાં રહેલું વિશાળ વ્યવહારોપયોગી જ્ઞાન પોતાની દેશી ભાષામાં પુસ્તક રૂપે ઉતારી પરભાષાથી અચાત સ્વદેશજનુઓની સેવા કરવી. જાપાન આદિ દેશોએ આજ હેતુથી ઈંગ્રેજી, જર્મન વગેરે ભાષાઓ પોતાના દુશીયાર પુત્રોને શીખવી હતી અને તે રીતે સ્વભાષાનું સાહિત્ય વિપુલ, અને નવીન વર્તમાન પરિસ્થિતિને જાંબ બેસવું બતાવું હતું. ભારત વળે પણ તેમજ કરવું જોઈએ. અતંતમાં ઈંગ્લેન્ડ પ્રાચીનવનદાસ મહેતાએ દેશસેવાના ઉચ્ચ આશયથી આ નાનકડું પુસ્તક ઉપાસીને મક્ત ફેલાવી આ ઉપયોગી વિષય ઉપર સારી અર્થ ઉપસ્થિત કરી છે તે માટે તેમને ખરા અંતઃકરણથી અને ધન્યવાદ આપીએ છીએ.

શુદ્ધ પંચાંગ (ગુજરાતી) સંવત ૧૯૭૪ના વરસનું:—કર્તા જ્યોતિષોપાધ્યાય, જ્યોતિર્વિદ્ધિભૂષણ ગિરિમજકર દરિયાકર “કાવ્ય ભૂષણ,” કે. સંકેતી શેરી, હઝારની પોળ, ધર નંબર ૧૪૦૨, સુ. અમદાવાદ. ક્રિંમત માર આના. અભિપ્રાયાર્થ અમને મળ્યું છે. આ ધર નંબર ૧૪૦૨, સુ. અમદાવાદ. ક્રિંમત માર આના. અભિપ્રાયાર્થ અમને મળ્યું છે. આ પંચાંગના ઉપયોગીતણા વિષે જ્યોતિષ રત્ન અને કેસરી આદિ પત્રીકા જ્યોતિષી સુંદરેવ રાગો ધાંધી નિવાસી જેમ સમઘે નિકાને પણ ઉચ્ચ અભિસાધ દર્શાવેલા છે. આ પંચાંગ વાંચી જોતાં તે બાપારિક તથા સાંસારિક કામને માટે ઘણું ઉપયોગી જણાય છે. જ્યોતિષ પત્રું જ્ઞાન નહિ ધરાવનારને પણ કેટલાંક ચુકકોર્ષો અને પ્રપાણ તથા ચાલતી દશા અને મહાદશાઓનાં સારાં નરમાં ફોળાનું જ્ઞાન ઇત્યાદિ વિષે સારી માહિતી મળી શકે તેમ છે. અતંત ૭ વર્ષથી આ પંચાંગ પ્રસિદ્ધ થાય છે, અને તેમા ઉપરોક્ત સુધારા વધારા થતા રહે છે તે સારી માત છે. શ્રીપુત્ર ગિરિમજકરનું દસ્તાવેજિકશાબ્દનું જહુ પ્રશસ્ત જ્ઞાન ધરાવે છે, અને

એક શાસ્ત્રી તરિકે પચ્ચે સારી રીતે જાણીતા છે. તેમના કાર્યમાં અમે તેમને ઉત્તરોત્તર મદદ જતા મળે એમ ધૃષ્ટિએ છીએ.

કચ્છી જૈન મિત્ર—આ નામના માસિકનો પહેલો ખીન્ને અંક અમને એ માસિકના વ્યવસ્થાપક રા. રા. જેઠાભાઈ દેવજી નાગડા થી કચ્છી જૈન મિત્ર એડિટર કાયા જાગર પોષ્ટ નંબર ૩ એમના તરફથી મળ્યું છે. માસિકનું વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૩-૦-૦ છે આ માસિકમાં ઉચી જાતના કાગળો વાપરવામાં આવે છે. તેમજ તેમાં કેટલાંક ચિત્રો પણ મુકાય છે. વળી માસિકના લેખો પણ આકર્ષક છે. દયા સંબંધી લેખ અને ધર જમાઈની કહાણી એ લેખ ખાસ ધ્યાન ખેંચે છે.

બાજ બેઠાવાળા—આ નામના માસિકનો વર્ષ ૮ માનો અંક ૫ મો અમને મળ્યો છે. વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૧-૦-૦ છે.

શ્રી સર્વજ્ઞ મહાવીર જૈન પુસ્તક લાડેરનો સંવત ૧૯૬૮થી સંવત ૧૯૭૨ મુધીનો વર્ષ ૫ નો હેવાલ—છપાવી પ્રકટ કરનાર કામદાર પોપટ વનમાળી પ્રમુખ શ્રી જૈન ભંડાર ધોરાજી. આ અહેવાલ અમે વાંચી જોયો. આ સંસ્થાએ પાંચ વર્ષમાં કરેલું કામ ઘણું સંતોષકારક છે. આપણા આર્યાવર્તની જે તે સંસ્થાઓ આજ પ્રમાણે કાગળ પૂરેક કામ જાનવે તો દેશની ઉન્નતિ થયા વિના રહે નહિ.

મુખર્જી અને માંગરોળ જૈન સલા રજત મહોત્સવ (Silver Jubilee) વિશેષાંક—અમને મળ્યો છે. છપાવી પ્રસિદ્ધ કરનાર શ્રી માંગરોળ જૈનસમાજના હુકમથી રા. રા. મકનજી જે. મહેતા. ખી. એ. એલ એલ ખી. જેરીસ્ટર એટ લૉ, ઝોનરરી મેન્ટરી છે. આ સમાજે રિપોર્ટમાં બતાવેલા વર્ષોમાં કરેલું કામ સંતોષકારક જણાય છે. તે માટે તેમને ધન્યવાદ ઘટે છે.

મરહુમ ઝવેરી છગનલાલ મગનલાલ હિંદુ અનાથ બાળકાશ્રમનો છઠો વાર્ષિક રિપોર્ટ—આ રિપોર્ટ વાંચી જોતાં એ સંસ્થાએ રિપોર્ટમાં બતાવેલા વર્ષમાં સંતોષકારક કામ કર્યું છે. આપણા દેશમાં લુપ્તમર્યાદી મામાપ વગરનાં સંખ્યાર્થ બાળકો મરણને શરણ થાય છે કેંઈ પરધર્મમાં વટલાઈ જાય છે. આવી સંસ્થાઓની દેખરેખ ખાસ જરૂર છે. આવા પારમાર્થિક કાર્યને માટે એ સંસ્થાને અમે ધન્યવાદ આપીએ છીએ.

રા. રા. બકિલાલ શુભ મેનેજર શ્રી ધનવંતરી ઝાંપધાલય નંબર ૩ પોષ્ટ વિજયગઢ જિલ્લા અધીગઢ એમના તરફથી નીચે લખેલાં પુસ્તકો અમને અવસોક્ત અને અભિપ્રાય માર્થ મળ્યાં છે.

૧ ક્ષયાદર્શ અર્થાત્ ક્ષયરોગ ઔર ઉસડી ચિકિત્સા લેખક પંડિત હરિચંદ્ર શર્મા વૈદરાજ સંપાદક રાધાવલ્લભ વૈદરાજ સંપાદક આરોગ્ય સિધ્ધ. કિમ્બત રૂ. ૦-૧-૦-૦.

૨ વેગમે વૈદક ગાન લેખક ગધાવલ્લભ વૈદરાજ મુદ્ર. રૂ. ૦-૩-૦-૦.

૩ દોષવિગ્નાન લેખક પૈયવર બાપુ રાધાવલ્લભ મુદ્ર. રૂ. ૦-૨-૦-૦

૪ પ્રાકૃત જ્વર લેખક શ્રીયુત્ત રાધાવલ્લભ વૈદરાજ પ્રેક્ષક જગન્નાથપ્રભાદ શુક્ત મુદ્ર. રૂ. ૦-૩-૦-૦

૫ તિગ્રી લેખક વૈદરાજ રાધાવલ્લભ સંપાદક આરોગ્યસિધ્ધ મુદ્ર. રૂ. ૦-૩-૦-૦

૬ શરીરગ્ન્યના (અરિથયો) લેખક હવિરાજ, હેમરાજ વંદે વિશારદ ભાઈ એમ. એ. એમ. પ્રેક્ષક રાધાવલ્લભ વૈદરાજ સંપાદક આરોગ્યસિધ્ધ મુદ્ર. રૂ. ૦-૨-૦-૦

નહીજ શકીએ એ કુદરતી છે. જગતમાં આવી રહેલાં ગંભીર વાઘજેશન્સથી થતા અવાજને ધર્મનાં પુસ્તકોમાં અનેક નામેાં હેકળ ઝાળખવામાં આવ્યો છે. નામીયો કવિ શેક્સપીયર તેને ફિરસ્તાના ગાયનની ઉપમા આપે છે. “ જો ! આકાશનો તકતો કેવા સોનેરી પતરાંઓથી ઘટ્ટ રીતે મઢી કાઢેલો છે. નાનામાં નાનો થક જે છું જુવે છે તે પણ એવો નથી કે જે પોતાની ગતિમાં એક ફિરસ્તાની માફક ગાનો ન હોય અને નાની આંખોવાળા ફિરસ્તાઓનાં ગાયનની સાથે સુરમેળ કરતો ન હોય. આવું ગાયન અમર જીવોમાં પણ છે. પણ જ્યાં સુધી આ માટીનું નાશવંત શરીર તેને મજબુત રીતે ઘેરી રાખે છે, ત્યાં સુધી સુધી આપણે તે સાંભળી શકતા નથી ” (મરચન્ટ ઓફ વેનીસ) રેલવે ટ્રેન કરતાં કદથી ન શકાય એટલું બહુ અસંખ્ય બગ ધરાવનાર સંખ્યાબંધ ગ્રહોની ગતિથી થતાં વાઘજેશન્સની થોડી કે ઘણી અસર આપણી આસપાસના વાતાવરણમાંથી બેમાલૂમ રીતે પણ આપણને થતીજ નેહએ એમ માનવું વિદ્યાનાં સિદ્ધાંતોથી ઉલટું કેમ ગણાય ? માણસની જીંદગીનો આધાર સૂર્ય અને ચંદ્ર ઉપર ઘણે ભાગે છે એમ ખગોળવેત્તાઓ અને શારીરશાસ્ત્રીઓ કહ્યું કરે છે. સૂર્ય તમામ જીવનશક્તિનું મૂળ છે. રીયડેં એં પ્રોસ્ટર જે એક નામીયો ખગોળશાસ્ત્રી ગણાય છે. તે કહે છે કે:—

“ The heavenly bodies do rule the fates of men and nations in the most unmistakable manner, seeing that without the controlling and beneficent influences of the chief among those orbs—the sun—every living creature on the earth must perish ” (Our Place among Infinities p. 313.)

“ ગ્રહોમાં મુખ્ય સૂર્યની કામૂ ધરાવનારી અને બહી અસરો વગર દુન્યાની તમામ જનદાર પેદાશ મરણ પામવી નેહએ. એ હકીકત બેતાં પુરવાર થાય છે કે આકાશી ગ્રહો માણસો અને પ્રાણીઓની સરખત ઉપર ઘણી અચૂક અસર કરે છે. ”

જ્યોતિષ વિદ્યાની ખાત્રી માટે જ્યોતિષ વિદ્યાનો નીચલો કાયદો જે નામીયા ગ્રીક જોશી ટોલેમીએ અંદર દીધેલો છે તે અજમાવી જોવાથી તેની સચ્ચાઈ માટે ખાત્રી થશે.

“ Pierce not with iron that part of the body which may be governed by the sign actually occupied by the moon ”

Ptolemy's Tetrabiblos p. 236.

“ ચંદ્રમા જે રાશીમાં હોય તે રાશી શરીરના જે ભાગ સાથે સંબંધ ધરાવતો હોય તે ભાગ ઉપર તે દિવસે કોઈ પણ જાતનું લેખાંડનું હાથીયાર બોદવું નહિ. ”

પ્રોફેસર બાલ્ફોર સ્ટુઅર્ટનું નામ વાયકોને અજરૂં નહિ હોય. એ વિદ્વાનના નીચેના શબ્દો ધ્યાનમાં રાખવા યોગ્ય છે:—

“ The earth is very seriously affected by what takes place in the sun. ” “ સૂર્ય ઉપર જે કંઈ બને છે તેથી પૃથ્વી ઉપર ઘણી ગંભીર અમર થાય છે. ”

જેવંતને લગતી વિદ્યાનાં મૂળતત્ત્વોથી જેઓ વાકેફગાર હશે, તેઓ જાણતા હશે કે જુગ્મં જુગ્મં અવાદીરો જુગ્મં જુગ્મં રાસાયનિક તત્ત્વોની મેળવણી છે. ચોક્કસ અવાદીરો ચોક્કસ સુલકોમાંજ થાય છે, અને ખીલ સુલકોમાં તે મળતાં નથી તેનો સમજ હાલની વિદ્યા

ગમે તે આપે. પુરાતન જમાનામાં ચોક્કસ ઝડો માટે જુદી જુદી ધાતુઓ અને જુદાં જુદાં નંગો મુકરર થયેલા છે. અને તે ધાતુઓ કે નંગોને ઉત્પન્ન કરવામાં તે ઝડની અમર મુખ્ય સાધનરૂપ ગણાય છે. દાખલા તરીકે મોતી ચંદ્ર માટેનું નંગ ગણાય છે અને એવું માનવામાં આવે છે કે જે જગાઓ ઉપર ચંદ્રનાં તદ્દન ઉભા (perpendicular) કિરણો પડે છે તે જગાએ મોતીની પેદાવસ થાય છે. મંગળનું નંગ પરવાણુ ગણાય છે. અને જે જગાએ મંગળનાં ઉભાં કિરણો પડે છે તે જગાએ પરવાણાની ઉત્પત્તિ થતી કહેવાય છે.

પૃથ્વીથી ચંદ્ર દૂર હોવા છતાં પૃથ્વી પરના ગળવર મહાસાગરોનાં ભેગાં જળને તે “ મરણ પામેલો ઝડ ” જે દરેજનું મુખવી શક્તો હોય તો પછી જે વાતાવરણમાં તે તરતો રહે છે, જેની માથે તે લગોલગ જોડાયેલો છે, તે હવાની ભરતી ઓટ, તેમાં થતા ફેરફાર, ઉછળા, તોફાન કે સ્થિરતા સાથે તેને, સૂર્યને કે બીજાં ગ્રહોને કશું લાગતું વળગતું ન હોય એમ માનવું વિવેક ભર્યું કે સાદી સમજને અનુસરતું કેમ ગણાય ? તે હવામાં અને તે હવાની અરક્તે તમામ જગતમાં જે રસાયણ ક્રિયા ચાલી રહી છે, તે ક્રિયામાં એ સધળા ગ્રહોને સીધા કે આડકતરો સબંધ છે, એ વાત કેવી રીતે ના પાડી શકાય ?

જેઓએ દેશી વૈદકનો અભ્યાસ કર્યો હશે તેઓ જાણતા હશે કે વિદ્યામાં ચોક્કસ રાજોના ઉપાય તરિકે ચોક્કસ વનસ્પતિ કે મૂળીયાં લાવવા માટે ચોક્કસ મહિના, વાગ, નક્ષત્ર, વખત વગેરે ખામ મુકરર કરેલાં હોય છે. વળા કેટલાંક ઝડોનાં મૂળીયાં તે ઝડોની ચોક્કસ દિશાએથીજ ખોદી લાવવાને ફરમાવવામાં આવ્યું છે. આ સૂચનાઓ પહેલી નજરે “ ભોળાં લોકોને કમવાની વિદ્યા ” ગણાય, તેમાં કશો શક નથી. આવી સૂચનાઓ દેખીતીજ થતું નિયત લાગે છે, અને જ્યાં સુધી જ્યોતિષવિદ્યાના તેમજ ખેતીને લગતી વિદ્યાના કેટલાંક અનુભવસિદ્ધ નિયમો આપણે જાણવા પામીએ નહિ, ત્યાંસુધી એ નિયમો ખરેખર જોડાયા અને કમ્યાં બધાં લાગે તેમાં કાંઈ નવાઈ નથી. હિંદી વધાઓ અને ઇંગ્લો, જે ધણીકવાર ચમત્કારી કામો કરી જતાવે છે, તેની કાર્યશક્તિ માટે રચવામાં આવેલાં છુપા નિયમો જેઓ જાણતા નથી, તેઓએ વિદ્યાના ચમત્કારો નજરે લેવા છતાં પણ તેને ધણીવાર “ કમ્યા ” નાજ વર્ગમાં મુકે છે, કારણ તે ચમત્કારો કયા કાયમીએને આધારે થાય છે, તે તેઓ અજાણ શક્તો નથી, અને તેથી પોતાના જ્ઞાનની ખામીનો દોષ તે વિધનેજ લાગુ પાડે છે.

કુનાઓમાં ઝડ ચોક્કસ વખતે જોર પર આવે છે. ગુજરાતમાં ખેતરોની આસપાસ ઠગવામાં આવતી બાવળના કાટાની વાડ જે અજવાળિયા પક્ષમાં કરવામાં આવે તો તે વહેલી સડી જાય છે; અધારીયા પક્ષમાં તેમ જનતું નથી. વળી ચોક્કસ ઝડોનો રસ ચોક્કમ વખતે ઉપર ચડે છે અને ઝડો જોર પર હોય છે. જ્યારે બીજાંઓ તે વખતે નિર્મળ હાવતમાં હોય છે, તો તેમની જલ્દિ સ્થિર થયેલી હોય છે. ઝડોની જુદીઓ રાવવાનાં કામો માટે અનુભવી ખેડૂતો ચંદ્રમા ઉપર હમેશા આધાર રાખે છે. રાત્રીએક પણ તે મતને ટેકો અર્પે છે. ઝડપાનો ઉપર ચંદ્રમા ધારવામાં આવે છે તે કરતાં ધણી વધારે અસર કરે છે. તેમાં કંઈ શક નથી. ઝડપાનોના ગુણ દોષોનો મોટો આધાર ચંદ્રમા ઉપર છે અને તેજાજ માટે વેદક વનસ્પતિ એકરી કરની વખતે જે ગ્રહને લગતાં ઝડપાનો હોય તે ચંદ્ર ચંદ્ર સાથે સારી રીતે જોડવાયેલો હોવો જોઈએ એવો કાનૂન હસ્તી ધરાવે છે. નીચે જતાવેલો

* વૈદકનો ધધો કરનાર ધણા લોકોને મુખે મે સંમિશ્રણ છે કે હાવમા વનસ્પતિમાંથી રસ કસ થયો છે તેથી વનસ્પતિ રોગો ઉપર અસર કરતી નથી પરંતુ દીવગીરીની-જીવ તો એ છે કે વૈદકનો ધધો કરનારે વનસ્પતિના અનુદોષવતું અને તેની સાથે આપણા નવ મનોને દેશે

એક મત વૈદ્ય વિદ્યાના અભ્યાસીઓને વિચાર કરના માટે એતિ ઉપયોગી છે.

“ Plants which under the sun's rays are beneficent, are maleficent when gathered under the moon's rays. ”

“ જે રોષાઓ સૂર્યનાં કિરણ હેઠળ સારી અસર ધરાવના હોય, તે ચંદ્રનાં કિરણ હેઠળ એકદમ ક્ષતિ કરવામાં આવે તો તે ખુરી અસર ધરાવનારા થાય છે. ” એચ. પી. બ્રેવેરેસ્ટ્રીનું “ સીક્રેટ ડોક્ટ્રીન. ”

આતો કુદરતનો એક ક્રોધો નિયમ આદેર કરવામાં આવ્યો છે. આડપાન-ઉપરની ચંદ્રની અસરના જે દાખવાઓ માર્ટીનની “ હીસ્ટ્રી ઓફ બ્રીટીશ કોલોનીઝ ” માં આપવામાં આવ્યા છે તે પરસ્પર અભ્યાસીઓએ ધ્યાન આપવા જોગ છે. માર્ટીનનો અનુભવ દર્શાવનારો એ મત બહુ લંબાણ છતાં એટલો બધો વજનદાર છે કે તેનો ગુનગતી અનુવાદ અમે નીચે આપ્યો છે.

“ ગરમ મુલકોની ઋતુ વિશે વિચાર કરતી વખતે ચંદ્રની અસરને તદ્દનજ ભૂલી જવામાં આવે છે. અને ખતીયજ ને ચંદ્રની શક્તિથી બહેળા મહાસાગરોની ભરતીને તેમનાં ઉડાં તળીયામાંથી ઉઠાવવામાં આવતી હોય તો વાતાવરણની ભરતી પણ તેવીજ અસરને પાત્ર છે એમ કહેવું સહસ્રગત બધું કહેવાશે નહિ. આટલું તો ચોક્કસ છે કે ગરમ મુલકોમાં નીચાણમાં આવેલા ભાગોમાં કુદરતનું ધ્યાનથી અવલોકન કરનાર કોઈપણ ઋતુઓ ઉપરની તેમજ વનસ્પતિ અને જનનુવી પેદાશ ઉપરની ચંદ્રની અસર પીછાન્યા વિના રહેશે નહિ. વૈનસ્પતિ ઉપરની તેની અસરના સંબંધમાં એમ કહી શકાય કે ડીમેરેગ ખાતે વરસમાં તેર વખત, અને તેર પાનખર રૂતુઓ થાય છે; કારણ કે તેટલીજ વાર આડોનો રસ ડાંખણીઓ ઉપર પડે છે. અને મુશાઓનો તન્ક પાછો બિનરે છે. દાખલા તરીકે વાલામા (નામનું રાજ્ય) ને રસવાળું એક ઝાડ જે એરેગનીના ઝાડને કંઈક જાતનું મળતું હોય છે, અને જે ડીમેરેગના જંગલોમાં સાધારણ રીતે છે.) ને જે આંદરાતના થોડા દિવસ અગાઉ અંધારીમાના દિવસોમાં કાપવામાં આવે તો ઘર બાંધવાના કામોમાં અને થાંભના માટે તે ફુનિયામાં સફાઈ ટકાવેલા કાંઈક તરીકે કામ આવે છે. અને તે વખતે તેને ચીરવાથી કોશીય કરે તો અતિ પધ્ધતિ મુશકેલીથી તે તદ્દન આડી તેડી રીતે અને ઘણીજ કટંગી રીતે ચીરાઈ જાય છે. (આગલા ઝાડથી થોડાજ વારને અંતરે ખીલું એક વાલખાનું ઝાડ પુનઃમની વખતે કાપો અને તે ઝાડમાંથી ધણા સુંદર લીસા ચાગે તેટલી જઘણમાં પાડીયાં અથવા ચીપો ગનાવવા માટેની પટ્ટીઓ ઉતારી ચકાશે આ હાલતમાં ઘર બાંધવાના કામમાં વાપરવાથી વહેતું સડી જાય છે. વળી એક માણસના હાંથ જેની જઘણના બાંધુઓ કેટલીકવાર ખુંટાઓ વગેરે માટે વપરાય છે. તે જે અંધારીવાની વખતે કાપવામાં આવે તો નરજન દમ બાર વરસ સુધી ટકે છે પણ જે પુનઃમની વખતે કાપવામાં આવે તો તે જે ત્રણ વર્ષમાં સડી જાય છે. આ નિયમ સંબંધ નહિ તો ધણા જંગલના ઝાડોને લાગુ પડે છે. (હીસ્ટ્રી ઓફ ધી બ્રીટીશ કોલોનીઝ).

(અપૂર્ણ)

અને કેટલો સંબંધ છે તે સંબંધ પણ જ્ઞાન મેળવવાની જરૂર છે. એટલે સુંકોને ગાંઠો મૂળે પેદા થવાનું નથી પરંતુ દાહમાં તો લાંબી પહોળી આદરાતો અને મોટા આંધરથીજ મહાન નેદરાજ કે આદવાતન દહીમંજની જવાય છે એ પણ જમાનાની બહીદારી છે. કારણ રંજનેરની બાટલીએ તથા તે ઉપરના અપકાળ પેલેસ અને તે દવાઓની અલંકારિક સાપાથી આપણા દેશના કરોડો રૂપિયા દવાઓ ખાતે પરદેશ જાય છે

તત્ત્વી.

ધન્વન્તરિ.

SHRI DHANVANTARI.

ધન્વન્તરિ ધૃતકરામૃતપૂર્ણકુમ્ભં પીતામ્બરં સકલસિદ્ધસુરેન્દ્રવંશમ્ ।

ચન્દ્રેરશ્વિદનપત્નં મણિમૌલ્યમાયુર્વેદઃપ્રવર્તકમનુસ્મૃતિરોગનાશમ્ ॥

કાવમાં અમૃતથી ભરેલો કુમ્ભ ધારણ કરી રહેલા, પીળાં વસ્ત્ર પરિધાન કરનારો, ચન્દ્ર સિદ્ધ
સુરેન્દ્રને પછી-વંશન કરવા લાયક, કમળ સરખાં નેત્રવાળા, મણિમાળા પહેરી રહેલા, આયુર્વેદ એટલે
વૈદિકશાસ્ત્રનો પ્રવર્તક, અને વળી લેખતા નામનું સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ માત્ર નોશ પામે છે,
એવા શ્રી ધન્વન્તરિ સગવાનને નમન કરે છું.

"Mens sana in corpore sano"

"પહેલું" મુખ તે જાતે નથી."

પુસ્તક-૧૦ મું.]

ઓગસ્ટ ૧૯૧૭.

[અંક ૮ મો.]

Medical Potpourri.

(BY DR. C. S. DEVOLL, M.D.)

The best that can be said of drugs,

Is some do give relief,

But cures are never in them found.

In truth they just deceive.

For, masking symptoms with a drug

Does not remove the cause,

In other words, relief will not

Atone for broken laws.

But doctors claim that drugs assist

In nature's plan to heal.

Advice in chief is "Take our dope,

And never miss a meal."

So with drugs to hide the symptoms,

And food, the very best.

Between the two, "they pull them the

The Sexton does the rest.

- (3) A doctor and his patient
 Impress on our mind,
 As those in need of sympathy,
 "Blind leaders of the blind."
 Two superstitious drug-blind fools,
 Depending on the "dope,"
 Both in the ditch together fall,
 Bereft of curing hope.
- (4) Now let me whisper in your ear
 A warning all should know —
 Beware of Drugs and Doctors
 While sojourning here below.
 Then to that Heaven fair, of rest,
 When you are called away,
 Console yourself, for murderers
 Will not be there, they say.
- (5) You may be tortured here below
 By those who cut and kill,
 But in that fair and better land,
 I'm sure you never will
 See Revelations 2,
 And passage No. 8.
 A statement plain is here declared
 That seals the doctor's fate.

APPEAL TO RULERS

Against Compulsory Vaccination.

1. Millions of Englishmen.

"The parents of unvaccinated children now number millions in Great Britain"—*Vaccination Inquirer*, London, September, 1911

2. The Postmaster-General, England.

"The Postmaster-General has decided that not only those candidates for post office employment who object to re-vaccination may obtain exemption, but also those who object to primary vaccination"—*Vaccination Inquirer*, London, January 1911

3. The Board of Education, England.

"The Board of Education have decided to abolish their regulation requiring persons intending to become teachers in Public Elementary Schools to be vaccinated."—*Vaccination Inquirer*, London, September, 1912.

4. Lord Kitchener and Lord French.

(1) "Lord Kitchener informed Mr. Chancellor that no pressure was to be brought to bear on soldiers who declined to be vaccinated or inoculated."

(2) "Major-General Tagart, on behalf of Lord French, declared that vaccination and re-vaccination were optional in the army."—*Annual Report for 1916 of the National Anti-Vaccination League*, London.

5. Australian Authorities.

"In Western Australia there is a conscience clause. And during the latter part of the year the Premier decided that as the Board of trade regulations did not require the vaccination of immigrants, his State would no longer enforce vaccination on those arriving in that district."—*Annual Report for 1912 of the National Anti-Vaccination League*, London.

6. Irish Unions

"Now there are over 20 Unions in which the Vaccination Act is not enforced."—*Annual Report for 1912 of the National Anti-Vaccination League*, London.

7. Bombay Government.

The Bombay Government kindly withdrew the case against Mr. Jethmal Parasram of Hyderabad, Sind, for refusing to get his child vaccinated.—*New India*, June 28, 1916

8. Civil Service, England.

"On October 16th, 1912, compulsory vaccination in His Majesty's Civil Service received its death-blow."—*Annual Report for 1912 of the National Anti-Vaccination League*, London

9. Irish Magistrates.

"At Waterford, on May 3rd, parents were fined one penny for vaccination offences under the Public Health Act. This action of the magistrates has stopped the Waterford Board of Guardians from further persecuting conscientious objectors."—*Annual Report for 1912 of the National Anti-Vaccination League*, London.

10. A Medical Inspector.

Dr. J. H. Bridges, F. R. C. P. (London), late Medical Inspector of the Local Government Board, Fellow of the Oriel College, Oxford —

"I regard the compulsory (Vaccination) Acts of 1853, 1867 and 1871, as an undue and inexpedient intervention of the State in a matter which should be left to each family to decide for itself. Non-vaccinated people are not a source of injury to their neighbours, for their neighbours can get themselves vaccinated."—*Bombay Chronicle*, June 19, 1917.

11. Mission Hospital.

Miss P. A. Law, matron of the American Mission Hospital, Baroda, "gave some interesting facts regarding small-pox in India."

"Over forty cases of the disease, Miss Law stated, had been treated at the hospital in three years, and though nearly all were serious, there had been only one death."

"None of the hospital staff, which numbered twenty, had been vaccinated. Despite this fact, there had not been any case of infection."—*Vaccination Inquirer*, London, November, 1913.

12. Germany.

1,29,948 vaccinated, re-vaccinated and re-re-vaccinated people died of small-pox in Germany in one epidemic, inspite of the finest medical skill and care in the world."—*Why Vaccinate?* by Harold W. Whiston.

Vaccination Horrors.

1. The Registrar-General, England.—"Every year in England deaths are registered by the Registrar-General as due to "cow-pox and other effects of vaccination."—*Bombay Chronicle*, June 20, 1917.

2. Horrors in America —"Mr. James A. Loyster, of Cazenovia, New York, has published a pamphlet (*with photos of Victims*) giving the history of fifty-one cases of death or serious illness following close upon vaccination in 1914 in the rural districts of New York State.

The pamphlet was written in memory of his (only) son Lewis Freeborn Loyster who died September 21, 1914, as a sequence of vaccination"—*Dangers in the use of Vaccines and Serums* by Harry B. Anderson, Secretary, the National League for medical Freedom, Chicago

3. Dr. C. Fillick Millard, M. D., D. Sc., Medical Officer of Health for Leicester England:—"In addition to the deaths certified as

directly due to vaccination, there are certainly others indirectly due to it, which are not so certified."—*Dagners in the Use of Vaccines and Serums* by Harry B. Anderson, Secretary of the National League for Medical Freedom, Chicago.

4. **Dr. Master**, a member of the Municipal Corporation of Bombay, complained about the use of contaminated vaccine which made about 200 children suffer much.—*Bombay Chronicle*, January 29, 1917.
5. **Dr. Robertson**, Chairman, board of Health, Melbourne.—"I think that vaccination intensifies any intercurrent ailment that the individual may have."—*Vaccination Inquirer*, London, January, 1916.
6. **Dr. O. L. M. Abramowski**, M. D. Mildura, Australia, formerly **A Public Vaccinator**:—"Calf-lymph contains very frequently the germs of other diseases such as Erysipelas, Tuberculosis, Pyaemia, Septicaemia, Leprosy, Glanders, etc. Pure calf-lymph exists only in imagination. No Government ever guaranteed calf-lymph free from dangerous disease germs."

(This testimony is taken from a pamphlet, *A Mischievous University Dogma*, containing the testimonies of many doctors and others regarding deaths and diseases caused by Vaccination, as well as its uselessness in preventing small-pox. It is published by **The National Anti-Vaccination League**, Denison House, Vauxhall Bridge Road, London, S. W.)

In England.

Being satisfied about the injurious effects of Vaccination, upon human health, the English Government have kindly amended the Compulsory Vaccination Law in favour of conscientious objectors, and millions of Englishmen do not get their children vaccinated.

A Prayer.

I pray that the world's rulers may kindly follow the noble example of the English Government, and prohibit compulsory vaccination of their subjects, and thereby earn a multitude of blessings.

I pray also that the world's humanitarians may kindly study the literature of the National Anti-Vaccination League, London, and bring my above appeal to the notice of kind-hearted officers of their countries.

There is But One Cure.

(BY J. H. TILDEN, M. D.)

THE difference between ignorance and wisdom is that ignorance can't reason out the correct cause of its pain or misfortune ; ignorance is always at a loss to know the true cause of anything, and, because of its illogicalness, it stands ready to denounce, and even damn, those who have learned the true cause of their hindrances and have made good by applying such knowledge.

Cause is one of the most important phases of all knowledge to work out—it is the key to every situation—and in the study of the art of healing it means success. Not to know cause means absolute failure.

When we started this magazine ten years ago one of the most noted writers of the day said, in a criticism he was making of it ; " It is nonsense to talk about cause ! The cause of almost any disease is past and gone when the physician is called, and will probably never be known." That statement is so utterly absurd that, if he were reminded of it to-day, he would no doubt declare that he never made it. This shows that public opinion is changing, and we can say that the world of thought is making substantial growth. Notwithstanding there is now more attention given to the subject of cause, there is too little paid to it yet ; there is too much apathy, too great a willingness to accept the germ theory, and let it go at that. It is a shame that there are so few who give the subject of cause any serious attention. Chronic diseases and premature deaths are the consequences. Children should be drilled more on the subject of cause than on any other feature of education.

The reason I do not care, a tinker's dam for anybody's treatment or cure of disease, from prayer to dynamite, or from amputation of a tonsil to the extirpation of the Gasserian ganglion, is because I know as well as I know anything that *there is but one cure*, and that cure can neither be improved upon nor changed, any more than the force of gravity can be annulled. That cure is in operation every moment of time, for it is life itself—it is the balancing and the adjusting of our bodies to the laws of nature. So long as an individual is in existence it is fighting vigorously for him, and will never cease until he passes beyond this necessity.

This being *one truth*, if there is not another, I can well afford to ignore the subject of cure absolutely, except in so far as it is necessary to understand what nature's cure is and its relation to the laws operating for it. The laws of health and life, when really known, will indicate their needs, which will be a true cure.

So far as looking for a cure is concerned—an entity, a something to give that will operate in some mysterious way in neutralizing or killing an unknown mysterious enemy that has gained entrance to the body in some mysterious way—I have been off that trail *lo, these many years*. I have learnt from experience to know that I live in a world governed by exact laws. I owe my existence of the laws, and I shall enjoy or be sad, I shall be well or sick, I shall live or die, just as I learn how to adjust myself to them. If I am ignorant of those laws and break them, I shall suffer for my ignorance, just the same as I shall if I know them and break them. As I have said before, nature is no respecter of persons; she is neither moral, nor immoral; she is unmoral; she has plenty of material and plenty of time. If I prove unworthy, it is a small loss to nature.

What is an imperfect brick to the moulder? It is simply a matter of shape—fashioning. The fashioning is imperfect; the clay is returned, and again it is fashioned. And if again the work fails? What is it that has failed—the ideal? No. The artificer? No. The clay? No. Then what has failed? The attempt at a perfect fashioning, that's all. If I, a human being, am born under environments that are not conducive to a perfect mental and physical fashioning, and I am too stupid to interpret the laws in their influence upon my fashioning and my stupidity is of the denser sort, so that I am not only incapable of interpreting the laws' requirements, but I am incapable of being shown—so lacking in everything pertaining to the ideal requirements that I cannot perfect myself even with the experience of others to aid me—am I of such importance that I must be preserved, in spite of the fact that I am condemned by every art standard of nature? Nature loses nothing, the loss is wholly to the individual—to the I, to the form, the shape, that something or nothing, that anything and everything that is distinctively me; and *all* that is *not constant* is the only thing, if thing it be, that is lost. And the me—the I—has not lost anything, except an opportunity to earn a little more pleasure, a little more time for personal enjoyment.

Knowing, as well as I do, that law and order are man's friends, and that every human being is protected in his ignorance and in his (ne) science, I say that, when a being is so unfit, after nature has protected him in every way possible, and he can't be taught, it is time for *him to go*, and make room for others, who will possibly carry nature's flag of perfection a little further on the road to the goal of Ideal Manhood.

- The greatest good to the greatest number is not an ideal taken from nature. Nature always sacrifices quantity for quality. Nearly all Utopias and human ideals are based on theories operating in opposition to natural law, and must come to an end.

War is exactly in opposition to evolution. Only the best are selected as fighters. Those who are physical degenerates are left to propagate, while those who are physically perfect are killed off. That is the reason that "war is hell."

There are thousands upon thousands of people all over this great and enlightened country who cannot see the reasonableness of my teachings, and the reason is because they are not sufficiently evolved. It is correct for them to stay with their opinions, and die with them. My hope is with the young and the coming generations. Those who are ready for my theories need no proselyting. Often the reading of a page or a paragraph is enough. The reader will say: "This is my stuff. Where did you get? Is there any left? I want it all!" And he proceeds at once to get everything obtainable. On the other hand, my writings can be put in the hands of a man who, to all appearances, is fully as intelligent, but who, after reading a page or two, or possibly a whole number will say: "What's he driving at? It's nonsense! That fellow is in opposition to everything that is pure and good!" etc. Only those with a touch-down on fundamental principles care for my theories. I do not mean that only those who are highly educated care for them, for that is not true. A man may be highly educated, and yet he may not have assimilated any part of the basic principles. He has no innate perception for truth, hence, with all his learning, he has not assimilated any. There are men of no special training, yet they have an innate perception for truth, and can sense it anywhere. They may not be able to formulate it but they can recognize it when formulated by others.

The Root of All Evil.

(BY DR. J. H. TILDEN, M. D.)

Any deviation from happiness spells disease. Any mental or physical deviation from absolute contentment means disease, and with intelligent people it is the signal to get busy for the purpose of discovering, if possible, the cause of the discomfort and to remove it at once. Suppose the discomfort is of the mind and catalogued under the head of morality, and the discomfort is that of being dissatisfied with the moral standard—there is a feeling of unworthiness—down in the conscience there is a desire to be what the loved one, the neighbour, the friend or the community falsely thinks one is—what is the cure? To spread the veneer of hypocrisy on thicker? To cover the true state with more

fallacy and cultivate sclerosis of conscience? Or to wash up, clean up, and live the truth, even if it is not quite up to the standard that the friends have been falsely made to believe it is? It may cost a lot to cure a diseased conscience, but remember the richest and happiest man in the world is the *well* man.

Suppose the disease is catalogued under the head of business, and the symptoms are those of failure or non success. The causes are carelessness, lack of industry, expensive habits, a decided shading towards dishonesty, an unwillingness to pay all that services are worth and a disposition to demand more than justice, then added to these are the thousand-and-one little offsprings—legitimate heirs—to these business lapses. All these together weigh enough to crush the life out of an average being. How shall this disease be cured? Is it best to flounder, bluster and pretend to be all things to all men; to seek for anything and everything that is listed as get-rich-quick propositions; to take hold of the most shady scheme presented because it promises a greater commission, and then to seek out the few friends who are left—the few who still have a little faith—and unload the fake scheme on them? This wins for a little while, perhaps brings a little comfort for a winter, perhaps enables the soul-sick man to be a little extravagant (for the fool and his money are soon parted); but this appearance of thrift his skinned friends see; they say nothing, but they remember, and when he calls again, this time more desperately in need than before, they have no time to see him. He is palliated, but like the palliation of all other diseases, it does not last; the cause must be removed if health is desired.

The unsuccessful man, the unfortunate man, the submerged man, must find the cause and remove it. To remove some other fellow; find fault with other people; to quarrel with the times, to charge up the causes of personal defects to the fallacious economic schemes of the government; to encourage others to join in attending to every one's business except their own, may be palliative remedies—may divert attention from personal shortcomings and failures for a time—but I fail to see even palliation, for the longer such a life is followed the more miserable, good-for-nothing and incapable such people become. The habit of excusing personal failures by charging them up to oppressive social conditions leads to frenzy, suicide or homicide.

The cure lies in self discipline in cultivating a love of work and an endeavour to be a man. No man is a man until he has self-control—complete mastery of himself—and when a man has self-control, he is always too busy attending to his own business, to be looking after other

people's, or suggesting schemes of social policy for all the people when he is not wise enough to provide well for himself.

Before man can reason correctly he must have a few fixed rules and principles; and in order to rivet this fact in the minds of my readers I have gone into this long digression, which may appear to some as irrelevant and unnecessary, with the hope that a few may be convinced that there cannot be a cure of anything except by removing the cause. The fear that I have that I cannot convince many is surely reasonable when I can point to one hundred thousand educated physicians in the country who will declare, both in public and private life, that they believe as I do, that cause must be removed if a cure is expected, yet, before the sound of their voices dies from making the statement, they are prescribing with no more thought of cause than if there were no such thing. Talk is the cheapest thing in the world; the universal fault with the people is that they do not know what they are talking about.

To cure, cause must be removed. Drugs may relieve pain, but in doing so they remove the signs that nature furnishes to guide the physician in a correct treatment. So long as any disease remains, the symptoms should be left intact, for in no other way can a correct judgment be had of the true state of the patient, and without this understanding all treatment is chaos.

Masking and hiding symptoms are not the worst faults to be found with drugging. Drugs create disease. There are drug diseases which are worse than the diseases for which they are given. The drugs given for the cure of syphilis create a constitutional disease that can't be cured; the irony of this truth is that the drug disease is called constitutional syphilis, and the same drugs are given to meet the drug disease, which can't do less than intensify it.

There are people dying continually from heart and headache remedies; the diseases for which the drugs are given would not kill at any time.



દવાઓ અને નેચરોપથી વિષે મહાન પુરુષોના મત.

(સંપ્રાદય: ડૉ. મહાદેવ પ્રસાદ, એન. ડી.)

કવિઓ અને ધીજી મહાન પુરુષોના વૈદક સંબંધીના અભિપ્રાય.

એક ઑગ્વ કવિ (C. Churchill, in *Night*.) કહે છે કે:

" Most of those evils we poor mortals know,
From doctors and imagination flow."

આપણું મૃત્યુ લોકનાં માનવીઓ જે અનેક પિડાઓ ભોગવીએ છીએ તેમાંના લગભગ બધો ભાગ ડૉક્ટરો અને ખોટી કલ્પનાઓ તરફી મળે છે.

બીજા ઇંગ્લિશ કવિ Butler કહે છે કે:

" For men are brought to worse distress
By taking physic than diseases.
And therefore commonly recover
As soon as doctors give them over."

" રોગને લીધે જેટલું દુઃખ સહન કરવું પડે તેના કરતાં વધારે દુઃખ દવાઓ ખાવાથી પરિણામે મનુષ્યોને ભોગવવું પડે છે. અને તેથી બ્યારે ડૉક્ટરો દરદીઓને અસાધ્ય ગણીને તેમને દવા આપવાનું બંધ કરે છે ત્યારે તેઓ તરતજ સાજ થઈ જાય છે. "

કવિવર ડ્રાયડન (Dryden) લખે છે કે:-

" Better to hunt in fields for health unbought,
Than fee the doctor for a nauseous draught,
The wise for cure on exercise depend,
God never made his work for Man to mend. "

" He escapes the best, who Nature to repair
Draws physic from the fields in draughts of air.
કવિવર લૉંગફેલો Longfellow લખે છે કે:

" Joy and Temperance and Repose
Slam the door on the doctor's nose. "

કવિફલેક્સબુર્ગ સૅમ્પ્સનીયર લખે છે કે:

" Our remedies oft in ourselves do lie
Which we ascribe to others. "

કવિ Byron આપણિયાએ The destructive art of healing " મંદાર: ઉપચાર પદ્ધતિ " એવું નામ આપી તેના વિષે વિવેચન કરતાં " The deadly virtues of the healing art " એવા શબ્દો વાપરે છે.

યોમસ યંગના જીવનચરિત્રમાં Dean Peacock લખે છે કે:—

Medical Men, my mood mistaking,
Most mawkish monstrous messes making,
Molest me. Much more manfully
My mind might meet my malady;
Medicine's mere mockery murders me."

મહાન શહેનશાહ Napoleon I એમણે પોતાના મુખ્ય ડૉક્ટર Antommarchi ને નીચે પ્રમાણે કહ્યું હતું.

"Believe me, we had better leave off all these remedies — Life is a fortress that neither you nor I know anything about. Why throw obstacles in the way of its defence? Its own means are superior to all the apparatus of your laboratories. Medicine is a collection of uncertain prescriptions the result of which taken collectively, are most fatal than useful to mankind.

માફે કહ્યું માનો તો આ દવાઓ વાપરવાનું કામ પડતું મૂકો કારણ કે જીવંતી એ એક એવો ગઠ છે કે જેના વિષે હું કે તમે કોઈ કોઈજ જાણતા નથી. તો પછી તેના મંદસ્થાનના માર્ગમાં આડચણો અંતરણ્યો શું કરવા નાંખવા બેઠો? તમારી પ્રયોગશાળાઓનાં સર્વ સાધનો કરતાં સ્વરક્ષણનાં અઢીયાતાં સાધનો શરીરને-જીવનને મળેલાં છે. અનિશ્ચિત પ્રીતકીષ્કનો (ચિકિત્સા લેખો) ના સમુદાય આપણું આપધિશાસ્ત્ર છે, અને તેનું એકંદર પરિણામ બેઠો તો મનુષ્ય જાતને લાભ કરતાં હાનિકારક વધારે નિવડ્યું છે."

પ્રખ્યાત ડૉક્ટર Zinnerman હેનોવરથી નિકળીને પ્રખ્યાત શહેનશાહ ફ્રેડેરિક ધી ગ્રેટની; જેલ્લી માંદગી વખતે સારવાર કરવા ગયો હતો. એક દિવસે શહેનશાહે આ નામીયા ડૉક્ટરને કહ્યું કે You have, I presume, sir, helped many a man into another world? "હું ધારું છું કે આપે ઘણાંએક મનુષ્યોને યમપુરીમાં મોકલ્યાં હશે?" આ કહી ગેળી ગળી ડૉક્ટરને બારે તો ચર્ચ પડી પરંતુ બદલામાં તેણે શહેનશાહને સત્ય અને પુશ્કામનના યોગ્ય પ્રમાણના મિશ્રણનો નીચે લખેલો ઉઝ પાથો કે: Not so many as your Majesty, nor with so much honour to myself. "મેં આપના જેટલા માણસોને યમપુરીમાં મોકલ્યાંએ નથી અને તેમ કરવામાં મને આપેના જેટલું માન પણ મળ્યું નથી."

લાગજેનીની જેના ઉપર કૃપા હતી તેણે Addison નામનો ઇંગ્લેન્ડ લેખક પણ વૈદ્યીય ક્ષેત્રમાં રિને જન્મ આપનારી લાગણી ધરાવતો નોંધતો. આ બાબતમાં તેણે નીચે પ્રમાણે લખ્યું છે: "જે આપણે આપણે પચાસના ધંધા તરફ નજર કરીશું તો જનુ ગંભીરતા નાંખે તેવા પુરોના સમુદ આપણને લાજશે; અને તેમનો દેખાવ માત્ર મનુષ્યને ગંભીર વિચારમાં ગરજત કરી દેતાને જમ છે કારણ કે We may lay it down as a maxim that when a nation abounds in physicians, it grows thin of people. આપણે એક સત્ય જન તરફે રીતારી ચડીયું કે ત્યારે પ્રજામાં તબીબો-ડૉક્ટરોની સંખ્યા

વધી પડે છે ત્યારે પ્રજાવર્ગની વસ્તીમાં ઘણો ઘટાડો થાય છે.” તખીખી મંડળને ઍડીસનના સીઝરની વખતના લશ્કરની સાથે સરખાવે છે, કે જેમાં કેટલાકો રથની અંદર બેસીને સંહારનું કાર્ય ચલાવતા હતા, જ્યારે ખીજા કેટલાક પગે ચાલી તેજ કામ કરતા હતા. રથમાં બેસનારાઓ કરતાં પગે ચાલનારાઓથી જોગ માણસનો નાશ થતો તો તેનું કારણ માત્ર એટલુંજ કે તે બિચારાઓથી ચારે દિશામાં ઝડપથી જઈ શકાતું નહિ, અને તેથી કરીને થોડા વખતમાં સંહારક કામ મોટા પ્રમાણમાં કરી શકતા નહિ. ડૉક્ટરો અને ચોદાઓની આવી સરખામણી આગળ ચલાવતાં ઍડીસન કહે છે કે “આવા Regulars અથવા સ્વીકારાયેલા પ્રચલિત ધોરણે કામ કરનારાઓ ઉપરાંત ખીજા કેટલાક Registered or Enlisted થયા વગરના પણ ધણાએક લોકો તો તેજ કામમાં મંડી પડ્યા હોય છે, અને તેઓ પણ પોતાના હાથમાં સપકાઈ જનારાઓનું કાત્યાયન કાઢવામાં દવાયતી લશ્કરના કરતાં જોગ કુશળ હોતા નથી.”

Adam Smith કહે છે કે The great success of quacks in England has been altogether owing to the real quackery of the regular physicians. “ઈંગ્લેન્ડમાં જિંટ વૈદ્ય બહુ ફાવી ગયું છે, તેનું એકજ ખર્ચ કારણ એ છે કે રેગ્યુલર ગણાતા (સર્ટિફિકેટ-અને કૌન્સિલની ડિસ્ક્રિમાનાશના Registered Doctors) ની અંદરજ ખરેખર્ચ જિંટ વૈદ્ય ચાલી રહ્યું છે.”

અને તેથી Dr. C. Kidd ને ના છુટકે કયુલ કરવું પડે છે કે “Our chiefest hopes (of medical reform) at present exist in the *outer* educated public. It is a sad, but humiliating confession. વૈદક શાસ્ત્રના સુધારાની આપણી મુખ્ય આશાઓ સફળ થવાનો આધાર વૈદક ધધાની બહારના કેળવાયેલા પ્રજાવર્ગ ઉપર રહેશે છે, આ વાત દિલગીરી બરેલી, પણ શરમ ઉપજાવે તેવી કયુલ છે.”

Medicine is no Science.

Prof. Valentine Mott, નામનો મહાન શસ્ત્રવૈદ્ય કહે છે કે, “Of all sciences medicine is the most uncertain. સર્વે શાસ્ત્રોમાં ઔષધિશાસ્ત્ર વધારેમાં વધારે અનિશ્ચિત છે.

પોતાના વખતનો સારામાં સારો ઈંગ્લીશ સરજન, કે જેને ફક્ત એક એક ઑપરેશન માટે પંદર પંદર દળર કે તેથી પણ વધારે શી મળતી હતી તે Sir Astley Cooper કહે છે કે “The Science of Medicine is founded on conjecture and improved by murder. આપણું ઔષધિ શાસ્ત્ર કલ્પના કે અનુમાન ઉપર ચલાયલું છે, અને મનુષ્યોનાં ખૂન કે વધથી તેમાં સુધારો વધારો થતો રહે છે.”

એડીનબર્ગની સેયવ ડૉલેજ આફ શીઝીગીયન્સના ફ્રેન્ક ડૉક્ટર Dr. Abercrombie કહે છે કે Medicine has been called by philosophers the art of conjecturing, the science of guessing. તત્ત્વજ્ઞતાઓએ ઔષધિશાસ્ત્રને અનુમાનો કરવાની કળા અથવા માત્ર અટકાઓ ઓધવાનું શાસ્ત્ર એવું નામ આપેલું છે.”

ડૉક્ટર જોન મેસન ગુડ Dr. John Mason Good, M. D., F. R. S. કહે છે કે The Science of medicine is a barbarous jargon and the

effects of our medicines on the human system is in the highest degree uncertain except, indeed, that they have destroyed more lives than war pestilence and famine combined એટલે કે, “ ઔષધિશાસ્ત્ર એક દાંભિક અને ન સમગ્રય તેવો બકળકોરો છે, અને દવાઓની મનુષ્ય શરીર પર થતી અસરો છેકજ અનિશ્ચિત છે—આ વાતમાં ખરેખર અપમાદ માત્ર એટલેજ છે કે (અર્થાત એટલીજ વાતઃમાત્ર નક્કી છે કે)—મ્હોટી મ્હોટી લક્ષણો, બધંદર ઉઠના શેગો, અને હુબ્બો એ બધાંએ સામઝાં મળીને જેટલાં મનુષ્યોનો નાશ કર્યો છે તે કરતાં પણ વધારે મનુષ્યોનો નાશ દવાઓથી થયો છે.

Dr. Benjamin Rush M. D. કહે છે કે “The art of healing is like an unroofed temple—uncovered at the top and cracked at the foundation “ ઔષધિશાસ્ત્ર એક છાપરા વગરના મકાન જેવું છે, કે જેના પાયા પણ ચીરાધતે તળીયું જતું રહેયું છે. ”

શેગી અવસ્થામાં શરીરના બધારણમાં થતા ફેરફારોના ઉઠા અભ્યાસી મહાન જર્મન Pathologist Prof. Dr. Henle કહે છે કે “ Medical Science at all times has been a medley of empirically acquired facts and thoretical observations, and so it is likely to remain. ” સર્વ કાળમાં ઔષધિશાસ્ત્ર તો જોડ વૈદ્યની પદ્ધતિએ—અજમાયશ ખાતર—એકત્ર કરેલી બાબતો અને તર્કજન્ય અભિપ્રાયો ઉપર રચાયલું રહ્યું છે, અને તેવુંજ રહેવાનો સંભવ છે. ”

અમેરિકાની Massachusetts Medical Societyના પ્રમુખ Dr. Jacob Bigelow M. D. કહે છે કે “Medicine is still an ineffectual speculation.” ઔષધિશાસ્ત્ર હજુ સુધી એક કાંઈ પણ કાર્ય માધી ન શકે તેવા એક સદાના ધધા જેવું છે.

અંગ્રેજીના Dr. Samuel S. William M. D. કહે છે કે The medical art has not reached that stage of exactness entitling it to be called Medical Science, it still lingers on the verge of mythological age “ ડાકરી વિદ્યા હજુ એટલી નિશ્ચિન સ્થિતિએ નથી પહોંચી કે જે વડે તેને “ શાસ્ત્ર ” એવું નામ ધરી શકે; હજુ તો તે કાલ્પનિક દંતકથાના યુગની સિમા નજીક આધરે છે.”

પ્રખ્યાત ફ્રેન્ચ શારીરવિજ્ઞાનશાસ્ત્રી (Physiologist) Dr. M. Magendie કહેતા “ મેડિસિન ” એટલે ઔષધિશાસ્ત્ર ઉપરનાં બાખ્યાન આપવાં શરૂ કરતાં બેશ્વા હતા કે “Gentlemen ! medicine is a great humbug. I know it is called science. Sceince, indeed ! It is nothing like science. Doctors are merely empirics when they are not charlatans. We are as ignorant as men can be. Who knows anything about medicine ?I repeat, no body knows anything about medicine. આ શબ્દોનો અવાર્ય આ પ્રભાવે છે. ગૃહસ્થો ઔષધિશાસ્ત્ર એક મ્હોટી હગબગ્ગ કે પ્રત્યક્ષ છે. મને ખબર છે કે તેને એક શાસ્ત્ર કે માયનમું નામ આપવામાં આવે છે. પરંતુ ખરી રીતે તેમાં

સાયન્સ કે સાયન્સ જેવું કંઈજ નથી. દવા વાપરનાગ ઉપચારકો ધુતારા નહિ તો ઉંટ વંદું કરનારા તો છેજ. વધારેમાં વધારે અગાંન નેટવું હોઈ સકે તેટલા માટે અગાંનમાં આપણે આ બાજુમાં જોયાં જાઈએ છીએ. આખી દુનિયામાં ઔષધોમાં અકસીર યુગ સહેલા છે એવું જાન ધગવવાનો કોયુ દાવો કરી સકે છે? હું પુનઃ કહું છું કે કોઈ પણ માણસ ઔષધોના શુભો વિશે લેશ માત્ર પણ જાન ધરાવતો નથી.”

એડીનબર્ગ મેડીકલ કોલેજના પ્રોફેસર Dr. Gregory એ પોતાના વૈદ્યકીય વિદ્યાર્થીઓના કક્ષાસ સમક્ષ એવાં વચનો ઉચ્ચાર્યા હતાં કે:

“Gentlemen, ninety-nine out of every one hundred so called medical facts are medical lies, and medical doctrines are for the most part, stark, staring nonsense.” ગૃહસ્થો, દવાને લગતી દર સે વાતો-માયી નજાણું વાતો તો વૈદ્યકીય જુઠાણું હોય છે, અને ઔષધોને લગતા મિદાંતો, ધણે ભાગે ઉધારી અને હડહડતી મૂખેતાજ હોય છે.”

લંડનની રૉયલ કોલેજ ઓફ ફીઝીશીયન્સના ફેલો પ્રખ્યાત ડૉક્ટર Dr. Ramage જણાવે છે કે “It cannot be denied that the present system of medicine is a burning shame to its professors, if, indeed, a series of vague and uncertain incongruities deserves to be called by that name.” આપણી આધુનિક ઔષધોપચાર પદ્ધતિ-જો કે પદ્ધતિ અગર સાચવું ઉચ્ચ પદ હાલની આપણી પાયા નિનાની, અનિશ્ચિત અમંભનીય અને અમંભદ દવાઓ સંબંધીની વાતોને ખરી રીતે ઘટવુંજ નથી—તેરી ઔષધોપચારની પદ્ધતિ તેના પ્રોફેસરો અથવા અધ્યાપકોને જોક જાહેર સરભાવનાગી વાન છે.

Dr. Evans, Fellow of the Royal College of London કહે છે કે:—The popular medical system is a most uncertain and unsatisfactory system. It has neither philosophy nor common sense to commend it to confidence.” “હાલમાં જાહેરા પ્રચારને પામેલી ઔષધપદ્ધતિ અત્યંત અનિશ્ચિત અને અનિશ્ચય અમતોપકારક રીતિ છે. અને શુદ્ધિવાદ અગર સાધારણ અક્રમને આધારે વિચારતાં પણ તેમાં નિશ્ચાસ રાખવા જેવું કંઈજ નથી.”

Dr. J. M. Peebles M. D., says in his “How to Live a 100 Years and Grow Old Gracefully” —The old method of treating disease—well, say a cough—was this—“An expectorant is given, and the cough is somewhat relieved, but the expectorant has produced nausea, and the appetite is gone, to restore appetite and improve the tone of the stomach, mineral acids are prescribed, the appetite gets somewhat better, but the acid has irritated the mucous membrane of the bowels and has produced diarrhea, to check which astringents must be given, these in turn, produce an aggravation of the cough, and so the round has to be reco-

maintained. " This may pass for regular scientific treatment, but I have not the least hesitancy in pronouncing it pitiable quackery.

Dr. Rosenbach કહે છે કે:—

The history of medicine teaches us that any and every method of treatment has always been followed by a method based on exactly opposite principles; and it further demonstrates that all these differences have been upheld by fanatic adherents with the same fervour, under cover of equally good statistics; so that as a matter of fact, every form of treatment, at least in the opinion of its chief supporters, may justly claim identical value as to efficacy and healing virtues.

Medicine is positively Injurious.

ન્યુયૉર્ક યુનિવર્સિટી મેડીકલ સ્કુલના બહુતા અધ્યક્ષ પ્રોફેસર ડૉક્ટર Martin Pain M. D. પોતાના Institutes of Medicine નામના આપદશાસ્ત્રના અંથમાં એક વૈદ્યશાસ્ત્રમાં બહુતી લેટીન કહેવન " Ubi virus, ibi vitus " ટાંકી બતાવે છે જેનો અર્થ એવો થાય છે કે Strongest poisons are the best remedies. આજ ડૉક્ટર વધારેમાં એમ કહે છે કે " Remedial agents are morbid in their operations, and therefore, in the administration of medicine we cure one disease by producing another. " વ્યાધિ હિત્વન કરનાર દારણો ને પ્રદારની ક્રિયા શરીરમાં પેદા કરે છે તેવાજ પ્રદારની નિકારી ક્રિયા કરવાનો ગુણ દવાઓમાં પણ રહેલો હોય છે, અને તેથી દવાઓ ખાસતીને આપણે એક રોગ દવાની દબને (મોડા વડેલો) બીજો રોગ પેદા કરીએ છીએ.

ચિકિત્સકો અને શસ્ત્ર વૈદ્યોની ન્યુયૉર્ક શહેરમાં આવેલી મોટી વૈદ્યગીય પાઠશાળાના અધ્યાપક Prof. Dr. Alonzo Clark of the New York College of Physicians and Surgeons કહે છે કે " In their zeal to do good physicians have done much harm They have hurried thousands to their graves, who would have recovered if left to nature. All our curative agents are poisons and as a consequence, every dose diminishes the patient's vitality.

" દરદીએને લાભ કરવાના આવેશમાં આવી નર્મ દાક્તરોએ બહુ નુકસાન મનુષ્ય જાતને કર્યું છે. કુદરતનેજ સોંપી દેવામાં આવ્યા હોત તો જેઓ સાજા થઇ શકત તેમાં હજારો માણસોને અગ્રણે તેઓએ મારી નાંખ્યાં છે. આપણી સર્વ ઉપચાર તરીકે વપરાતી દવાઓ વિષમય એવી હોય છે, અને તેથી તેવી દવાઓનો દરેક ડોઝ દરદીની જીવનશક્તિ Vitality ઓછી કરે છે."

Dr. John Mason Goon, M. D., F. R. S. જેઓએ " Book of Nature," " A System of Nosology," " Study of Medicine " નામના

મોટા અને નજીકના યોગ્ય લખ્યા છે તેઓ લખે છે કે The science of medicine is a barbarous jargon, and the effects of our medicines on the human system are in the highest degree uncertain, except, indeed, that they have destroyed more lives than war, pestilence, and famine combined. “ ઔષધશાસ્ત્ર એ એક જંગલી અને ન સમજાય તેવો બદવાદ છે, અને દવાઓથી શરીરને થતા લાભની વાત અત્યંત અનિશ્ચિત અને શંકાભરેલી છે, પરંતુ જે કોઈ વાત અપવાદ તરીકે નક્કી જ હોય તો તે એ છે કે મહાન યુદ્ધો-વિપ્લવો, મહામારીઓ એવી ઉડતા રોગો અને દુષ્કાળોના કરતાં પણ વધારે જીવોનો નાશ દવાઓએ કર્યો છે. ”

વૈદક અને શસ્ત્રવિદ્યા સંબંધીતા એક પત્રના તંત્રી Editor of the Medico-Chirurgical Review, Dr. Jones Johnson, M. D, F. R. S. કહે છે કે: “ I declare as my conscientious conviction founded on long experience and reflection that if there were not a single physician, surgeon, man-mid wife, chemist, apothecary, druggist, nor drug on the face of the earth, there would be less sickness and less mortality than now prevail. ” લાંબા અનુભવ અને દીર્ઘ વિચારને આધારે, મારા ખરા અંતઃકરણના નિઃશય તરોફે હું જાહેર કરું છું કે જે આખી પૃથ્વી ઉપર એક પણ વૈદ કે ડૉક્ટર, સરજન કે શસ્ત્રવૈદ, દાંધ કે સુવાણી, કેમિસ્ટ, દવા બનાવી વેચનાર, ગાંધી કે કરિયાણાં સોખનારા, અને દવાઓ ન હોય તો હાલના કરતાં મદવાક અને મરણીય પ્રમાણ બહુ ઓછું થાય. ”

ગ્રેટેસ્ટ ડૉક્ટર સેન્ટ જોન એમ. ડી. કહે છે કે “ All medicines are poisons સર્વ દવાઓ ઝંડેર અથવા વિષ છે. ”

એક અત્યંત કુશળ ડૉક્ટર તરીકે પ્રસિદ્ધિ પામીને મોટામાં મોટી શી મેળવનાર વિષ વિખ્યાત ડૉક્ટરોમાંના એક તરીકે ગણાઈ ગયેલા Dr. Baillie એ પોતાના આલીશ વર્ષના વૈદકના અનુભવ પછી એવો અભિપ્રાય જણાવ્યો હતો કે: I have no faith in physic અને દવાઓ ઉપર લેશ પણ શ્રદ્ધા કે વિશ્વાસ નથી. ” અને મરણ પૂર્વે નિઃશ્વાસ નાંખતાં એમ બોલતા હતા કે “ I wish I could be sure that I have not killed more than I have cured. જેટલા દરદીઓને મેં સાજા કર્યા છે, તેના કરતાં વધારે ને મેં (મારા ઔષધોપચાર વડે) મારી નાંખ્યા નથી, એવી માગ અંતઃકરણને ખાતરી કરી આપવાને હું ઇચ્છું છું. ”

એક દ્રવિ, તત્ત્વજ્ઞાની, વિદ્વાન ગ્રંથકાર અને કુશળ ચિકિત્સક (Physician) તરીકે અમેરિકામાં પ્રસિદ્ધિને પામેલા Prof. Dr. Oliver Wendell Holmes એમણે અમેરિકામાં આવેલી હારવર્ડ મેડીકલ સ્કુલના નિઘાર્થિઓની સમક્ષ બાપણ આપતી કહ્યું કે, The disgrace of medicine has been that colossal system of self-deception, in obedience to which mines have been emptied of their cankering materials, the vegetable kingdom robbed of

all its growth, the entrails of animals taxed for their impurities, the poison-bags of reptiles drained of their venom, and all the conceivable abominations thus obtained thrust down the throats of human beings suffering for some fault of organization, nourishment or vital stimulation. “ઔષધિશાસ્ત્રનું કાળું ક્લેક પેલા ગંભીર આત્મ-સંજ્ઞાને આભારી છે, જેને અનુસરીને મોટી મોટી પ્રાણીઓમાંથી પ્રાણુવાતક એરોને બહાર ખોદી કઢાડવામાં આવ્યાં છે, અદારભાર વનસ્પતિની અલાબલાઓ તેમનાપરથી ઉતારીને એકઠી કરવામાં આવે છે, પ્રાણીઓનાં મક્કીન આંતરડાંમાંથી નકં ઉસરડીને કાઢી લેવામાં આવે છે, સાપ, વીંછી જેવાં જેરી પ્રાણીઓની એરથી ભરેલી કોષળાઓ તેમાં રહેલાં વિષ મેળવવા માટે નીચોલી લેવામાં આવે છે, અને આવી આવી અનેક રીતે મેળવેલી જીવજંતુ ઉપજોને તેથી બહાર દવાના નામથી મનુષ્યોનાં ગળાંમાં બળાત્કારથી હડસેલી-રેડી દેવામાં આવે છે, જેનું કારણ માત્ર એટલું જ કે તેઓ ગિયારાં શરીર બધારણના, પાનપાનના અગર તો પ્રાણુપ્રોત્સાહ સંજ્ઞાથીના કોઈ દોષથી રિઆત્તા હોય છે.” આજ વિદ્વાન પ્રોફેસર હોલ્મ્સ Holmes એમણે બીજે કોઈ પ્રસંગે કહ્યું હતું કે: I firmly believe that if the whole materia medica, as now used, could be sunk to the bottom of the sea, it would be all the better for mankind—but all the worse for the fishes. “મારું ખાતરીપૂર્વક માનવું એવું છે કે, હાલમાં જે દવાઓ વપરાય છે તે બધીને એક સામગ્રી દરીયાને તળીએ હુઆડી દેવામાં આવે તો તેથી મનુષ્યજાતને તેથી ઘણું જ લાભ થાય, પણ બીયારાં માછલાંના (તે જેરી દવાઓને લીધે) નકામા ભોગ મળે.”

હાલની રોયલ કોલેજના ફેરો પ્રખ્યાત હોલ્મ્સ Ramage બહુવે છે કે: It cannot be denied that the present system of medicine is a burning shame to its professors. How rarely do our medicines do good? How often do they make our patients really worse? I fearlessly assert that in most cases the sufferer would be safer without a physician than with one. I have seen enough of the malpractice of my professional brethren to warrant the strong language I employ. આપણી હાલની ઔષધોપચાર પદ્ધતિ તેના હિમાયતી પ્રોફેસરો અને હોલ્મ્સોને બહુ જ શરમાવનારી છે. આપણાં ઔષધો કેવાં કવચિત્ જ લાભ આપે છે? પરંતુ કેટલી બધીસાર આપણા દરદીઓની પ્રકૃતિને ઔષધો ખરેખર વધારે બગાડે છે? હું નિર્ભય રીતે નિશ્ચયપૂર્વક કહું છું કે ઘણાખરા કેસમાં હોલ્મ્સ કે વેચના દવાના ઉપચારો કરવા કરતાં તેમના વિના ચલાવી લેનાર દરદીઓની છ'દગી વધારે સલામત રહે છે. ગાંઠ ધવાદાર ભાષિગધ હોલ્મ્સોનો દુરાચાર મેં એટલો જાણી લીધો છે કે મેં વાપરેલા સખત શબ્દોને પુરતો આધાર અને વાજબીપણું મળે છે.”

Prof. Jamieson of Edinburgh કહે છે કે “Nine times out of ten our mis-called remedies are absolutely injurious to our patients. રોગના ઉપાય તરીકે ગણાતી અને વપરાતી દર દવા દવાઓમાંથી નવ દસઠો આપણા દરદીઓને સંપૂર્ણપણે તુકશાન જ કરે છે.”

Sir John Forbes, M. D., D. C. L. (Oxon), F. R. S. Fellow of the Royal College of Physicians, Physician to the Queen's Household, Editor of the "British & Foreign Medical Review." etc. etc. કહે છે કે "Some patients seem to get well with the aid of medicine, but more actually get well without it, and still more in spite of it. યોગ્ય દરદીઓ દવાની મદદ લેવાથી સાજ થતા દેખાય છે, પરંતુ તેના કરતાં પણ વધારે સંખ્યામાં દરદીઓ દવા વાપર્યા વગર જ ખરેખર સાજ થાય છે, અને તેના દરતાં એ વધારે મોટી સંખ્યા રોગ અને દવાઓનું ઝેર એ બંનેના ઉપર વિનય મેળવી સાજ થાય છે. "

Dr. Frank લખે છે કે "Thousands are annually slaughtered in the quiet sick room. Governments should at once either banish medical men, and prescribe their blundering art, or they should adopt some better means to protect the lives of the people than at present prevail, when they look far less after the practice of of this dangerous profession, and the murders committed in it, than after the lowest trade. શાન્ત ઓરડાઓમાં દવાઓ વડે સેંકડો દરદીઓના જીવ નષ્ટ છે; ખૂન થાય છે કહીએ તો ચાહે. અને સરકારે તેવી દવાઓ વાપરનારાઓનો ધધો બધ પાડવો જોઈએ. વગેરે. "

Hydropathy જળોપચારની તરફેણમાં અભિપ્રાયો.

(Vide Hydropathic Encyclopedia pp. 46 to 51)

Prof. Dr. Clark કહે છે કે; "A sponge bath will often do more to quiet restless, feverish patients than an anodyne. જેને મુશ્કેલ ચેન ન પડતું હોય કે શાન્તિ ન વળતી હોય તેવા તાવના દરદીને Anodyne એટલે શામક દવાઓના કરતાં પાણીમાં વાદળી બોળી બોળીને નવરાવવાથી વધારે આરામ મળે છે. "

એક જાણીતા ડૉક્ટર અને અધ્યક્ષ જણાવે છે કે "Remember, water, hot or cold, is the greatest remedy we have in the materia medica. It is a diuretic; it is laxative; it is a sudorific; it is an anodyne; it is an emenagogue; it is an aperient; it is a cholagogue; it is an emetic; it is an antifebrile; it is an antiseptic; it is a sterilizer; it is a disinfectant; it is a demulcent; it is sedative; it is soporific. You can do almost everything with water that you can with drugs, and with better results. યાદ રાખજો કે વૈદ્યશાસ્ત્રમાં પાણી એ મોટામાં મોટો ઉપાય આપણે ધરાવીએ છીએ. પાણી પેશાબ લાવનાર, ઝાડો સાફ લાવનાર, પરમેવો લાવનાર, વેદના હારક, દરતાન અથવા રૂતને નિયમિત લાવનાર, રેચક, પિત્તની શુદ્ધિ તથા વૃદ્ધિ કરનાર, વમનકારક યાને ઉવડી કરાવનાર, જ્વર યાને તાવનો નાશ કરનાર, ઝેરી જંતુઓનો નાશ કરનાર, ચેપી રોગોને ફેલાતા અટકાવનાર, શામક, લોહીના વેગને

નરમ પાડનાર અને નિદ્રા લાવનાર છે. જે પ્રમાણે તમે દવાઓનો ઉપયોગ કરી શકો છો તેજ પ્રમાણે સાદા પાણીનો એક અદસીર ઉપાય તરીકે તમો દરેક રીતે ઉપયોગ કરી શકો, અને તે પણ વળી દવા કરતાં વધુ સારાં પરિણામ લાવીને. ”

Prof. Dr. Smith લખે છે કે: “ The vapour of warm water is the most efficacious expectorant we have. ” સાદા પાણીની વરાળ એ છાતીમાં બરાબવા કદને છુટા પાડનાર સર્વોત્તમ કદ્દન ઉપાય છે. ”

Dr. Friedrich Hoffman M. D., જેના પૂર્વજો બસે વર્ષથી વૈદ્યકીય ધર્માર્થ મશહૂર હતા તે જે Halle માં જન્મ્યો હતો અને તે-યુનિવર્સિટીનો મરણપર્યંત અધ્યક્ષ હતો અને જેની કીર્તિ આખા યુરોપમાં ફેલાય હતી; જેણે *Medicina Rationalis Systemetica* નામનો મશહૂર વૈદક ગ્રંથ લખ્યો છે તે કહે છે કે:—

“ We assert that water is a remedy suited to all persons, at all times; that there is no better preservative from distempers; that it is assuredly serviceable both in acute and chronic diseases; and, lastly, that its use answers to all indications, both of preservation and cure. અમે એમ ભાર મૂકીને ખાત્રીથી કહીએ છીએ કે-દરેક મનુષ્યને સર્વ પ્રસંગોમાં અનુકૂળ આવે એવો ઉપાય તે પાણીનો છે; વ્યાધિઓથી બચાવનાર તેથી સારું બીજું એક સાધન નથી; તીવ્ર તેમજ જીર્ણ રોગો એ બંનેમાં તે ઉપયોગી છે એમ ખાત્રી, પૂરેક કહી શકાય; અને છેવટે એટલું જ કહેવાનું કે આરોગ્યના સંરક્ષણ અને વ્યાધિના નિવારણની જ્યાં જ્યાં અને જ્યારે જ્યારે જરૂર જણાય ત્યાં ત્યાં અને ત્યારે ત્યારે પાણી બરાબર અને પુરતું કામ બજાવે છે. ”

Dr. Boerhaave, M. D., [જેઓ Royal Academy of sciences of Paris અને Royal Society of London ના ફેલો હતા; જેના વિષે *Encyclopedia Britanica* લખે છે કે: One of the most celebrated physicians of modern times.....From the time of Hippocrates, no physician had more justly merited the esteem of his contemporaries and admiration of posterity than Boerhaave (Hermann)] લખે છે કે. “ No remedy can more effectually secure health and prevent disease than pure water. બીજા કોઈ પણ ઉપાય કે સાધન વડે તદ્દસ્તી જળ-વવાનું અને રોગોને અટકાવવાનું કામ ગોખ્યા પાણીના ઉપાય કરતાં વધારે મારી રીતે થઈ શકે તેમ નથી. ”

Dr. Sir John Forbes, [M. D., D. C. L. (Oxen), F. R. S, Fellow of the Royal College of Physicians, Physician to the Queen Victoria's Household, Editor of the British and Foreign Medical Review, etc. etc.] કહે છે કે: “ In chronic diarrhea, dysentery, and hemorrhoids the sitz bath appears to be frequently an effectual remedy. જીર્ણ સમ્રાપ્તિ, મરો અને અર્ધ અથવા મોટા જોવાં દરોમાં પળી-

વાર દરિયાના અથવા સાદા ચોખ્ખા પાણીથી ભરેલા ટબમાં અમુક વિધિએ સ્નાન લેવાનો ઉપાય બહુ અકસીર નિવડે છે. ”

Dr. Larrey, [the most celebrated operative surgeon France ever produced] બહુધા પાણીથી ભીંજવેલી પટીઓ (Water dressings) વાપરતો હતો.

Aerotherapy વાયોપચારની તરફેણમાં અભિપ્રાય.

પ્રેક્ટિસર ડૉક્ટર Clark કહે છે કે : “ Pure cold air is the best tonic the patient can take ” ચોખ્ખી ઠંડી હવાના જેવું સર્વોત્તમ ‘ ટોનિક ’ કે પુષ્ટિકારક હવા ખીજ એક પણ દરદીને મળવી અશક્ય છે. ”

જીવનશક્તિ.

તેના અવિચારી વ્યયથી થતી હાનિ અને તે વિષે મી. હર્બર્ટ સ્પેનસરનો મત.

(લેખક:-ઈસમાઇલ જમાલ બેલીમ-મુ. ધોરાજી.)

ખાદ્યાવસ્થામાં તેમજ યુવાવસ્થામાં જીવનશક્તિનો ઉપયોગ જુદી જુદી જતનો, અને ધણીજ અગત્યના કામો કરવામાં કરવો પડે છે. હવે જો જીવનશક્તિ એજ કામમાં વાપરવામાં આવે તો તેટલી શક્તિ ખીજ કામમાં ઓછી થવાની. બધાને અનુભવ હશેજ કે જો કુધા તમ કરવા માટે પેટ ભરીને ખાધું હોય તો તેને પચાવવા સાર પેટને ઓટલી મદદ જોઈએ છે કે તેથી મન અને તનને જાગૃત રાખે ઓટલો જુસ્સો બાકી રહેતો નથી; પણ શરીરનું ખાધું બળ તે ખાધેલો ખોરાક પચાવવા સાર કામે લાગે છે, ઓટલે શરીર અને મન બેઉ શિથિલ થઈ જાય છે. આપણે જાણીએ છીએ કે શરીરની કમરત વધારે કરવાથી વિચારશક્તિ ઓછી થઈ જાય છે. એકદમ બારે થ્રમ કરવાથી શરીરની શક્તિનો નાશ થાય છે તેથી, તથા લાંબી મજલ કરવાથી, થાક લાગ્યો હોય ત્યારે માનસિક થ્રમ કરવાની આપણને વૃત્તિ થતી નથી. તેમજ જો માથુંસો પગરસ્તે એક મહિનાની મુસાફરી કરવા નિકળ્યા હોય તે સોફાના મનમાં એવી જગાસા આવી જાય છે કે થોડા દિવસ પણ વિસામો લાઇએ; અને વળી ખેડુત અને મજુર લોકો જે શરીરથ્રમ વધારે કરે છે, તેમનામાં માનસિક ચપલતા ધણીજ મંદ હોય છે. વળી જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ છોકરાં એકદમ વધવા માંડે છે, ત્યારે તેમના મનની શક્તિ અને શરીરની ખીજ શક્તિ પડી બાગવા માંડે છે. તેમજ ખાધા પછી જોસભરે કસરત કરી હોય તો પાચન ચતુર્થ પડે છે. જે છોકરાઓને નાનપણમાં બહુ થ્રમ પડે છે, તેઓ કદે ઠીંગણા ચાવે છે. આ બધાં દ્રશ્યંતો ઉપરથી જણાય છે કે એક દિશામાં જીવનશક્તિનો ઉપયોગ કર્યો તો ખીજ દિશામાં તેની ખોટ જણાયા વગર રહેતી નથી. જ્યારે કોઈ પણ વાત હદ ઉપરાંત કરવામાં આવી હોય, ત્યારેજ આવાં પરિણામ સ્પષ્ટ જોવામાં આવે છે; પણ હદ ઉપરાંત ન જતાં થોડુંવત્તું પણ જો નિયમ વિરૂદ્ધ આચરણ

થયું હોય તે તેટલું ક્ષણ નકાદું થયા વિના રહેજ નહિ. તેથી કુંદરતે જેટલી શક્તિ પુરી પાડી હોય, તે ઉપરાન્ત જો યુવાવસ્થામાં માનસિક શ્રમ કરવામાં આવે, તો બીજા કાર્યો કરવા સારું જેટલી શક્તિ જોઇએ તેમાં ખાડો પડશે અને નાકી કોઇપણ જાતની હાનિ નિપજશે.

આમુક વયે મનને જેટલો શ્રમ આપવો જોઇએ તે કરતાં સેવસાજ કંઈક વધારે માન-સિકશ્રમ કરવામાં આવે તો શરીરના બાંધા ઉપર તેની કાંઈક અસર જણાશે. એટલે શરીર જેટલું ઉચ્ચ થયું જોઇએ તે ન થતાં કંઈક નીચું રહેશે; અથવા તો કદમાં કંઈક ન્હાતું રહેશે; અગર શરીરની શિરાઓ જોઇએ તેવી સારી થશે નહિ. માનસિકશ્રમ કરતી વખતે મગજમાં વધારે રક્ત જાય તે તથા માનસિકશ્રમ કરવાથી મગજને જે ધસારો પડેલો હોય, તે પુરો પાડવા સારું જે રક્ત વપરાય તેટલું શિરા અને શરીરના બીજા અવયવોમાં ઝાણું ફરશે, અને તેથી તેના પ્રમાણમાં શરીરની વૃદ્ધિ થતી અટકશે, અથવા ખોટા ઝોણી પુરો પડશે, આવી પ્રતિક્રિયા ચર્ચાનીજ, ત્યારે વિચાર કરાતો એટલોજ કે આવી રીતે જે નુકશાન થાય તેનો બદલો વાળે તેટલો લાભ મનની વિશેષ કેળવણીથી મળે છે કે નહિ? અગર શરીરવૃદ્ધિની ખામી રહે અથવા શરીરમાં જુસ્સો અને સહનશક્તિ અને એવા બાંધાની પરિપક્વતા ન થાય, તો તે ખોટો બદલો જીવનશક્તિના શ્રમથી વિશેષ જ્ઞાન મેથું તેથી વળી રહે છે કે નહિ?...જવાબમાં ના જ કહેવી પડશે એટ જ નહિ પરંતુ જો માનસિક શ્રમ અતિ વિશેષ હોય તો વધારે હાનિકારક પરિણામ થાય છે, તેની ખોટી અમર શરીરપર જણાઈ આવે છે; વળી મગજ ઉપર પણ તેની માડી અસર થાય છે. જીવનેદ્રીય શાસ્ત્રના નિયમ પ્રમાણે વૃદ્ધિ અને શરીરના અવયવોની પૂર્ણતા એ બેમાં બહુ ફેર હોય છે. વૃદ્ધિ એટલે શરીરના કદનો વધારો; અને અવયવોની પૂર્ણતા એટલે શરીરના બાંધામાં વધારો. જીવનેદ્રીય શાસ્ત્રનો નિયમ એવો છે કે આ બે ક્રિયામાંની કોઈ પણ એક વધારે ઝડપથી આવે તો બીજી ક્રિયામાં વધારે અટકાવ થાય છે. એટલે જો ઉચ્ચાઈ વધે તો પડેજાઈમાં કમી પર્ણ આવે છે. કાટરપીલર (Caterpillar) અને ક્રાઈસાલીસ (Chrysalis) વંતુ-ઓનાં દ્રાણ્ત ઉપરથી આ વાત અમજવામાં આવશે. કાટરપીલરના શરીરનું કદ એકદમ વધે છે, પરંતુ તેના શરીરના અવયવો અત્યાવસ્થામાં જેવા હોય છે, તેવાને તેનાજ પુખ્ત ઉમરે આવ્યા પછી પણ રહે છે, ક્રાઈસાલીસનું કદ વધતું નથી, પરંતુ તે પ્રાણી આ અવસ્થાએ આવે છે ત્યારે તેનું વજન ઘટવા માંડે છે; અને શરીરના અવયવોનું બંધારણ ગુચ્ચવર્ણીયું (Complex) થવા માંડે છે. આવાં ન્હાનાં પ્રાણીઓના શરીરમાં જે વિરક્તતા નજરે પડે છે, તેવી મ્હોટા પ્રાણીઓમાં જણાતી નથી. કારણ કે કદનો વધારો અને અવયવોની પૂર્ણતા એ બે કૃતિઓ એકજ સમે થતી જાય છે. છોકરો અથવા છોકરી એ બેના શરીરમાં જે જે ફેરફાર થાય છે; તેનો મુકાવયો કરીયું તો તફાવત કેટલેક દરજ્જે જણાઈ આવશે. છોકરીનું મન અને શરીર જલ્દી પુખ્ત થાય છે; અને તેની વૃદ્ધિ થતી યં. પણ પહેલીજ થાય છે. જે વખતે છોકરીના શરીરનું બંધારણ પૂર્ણ થઈ તેને પુખ્ત ઉમરની ગણવામાં આવે છે, અને તેની સર્ શક્તિઓના અમલ શરૂ થાય છે, તેટલી ઉમરે છોકરાનો બાંધો કામો હોય છે. કેમ કે તેના શરીરનું કદ પ્રથમ વધવા માંડે છે; આ નિયમ આખા શરીરને લાય પડે છે. તેટલુંજ નહિ પણ શરીરના દરેક ભાગને પણ લાય પડે છે. એટલે કે શરીરને એકજ અવસર પુખ્ત અને મજબૂત કરવાનોજ યત્ન ગણ્યો હોય તો બીજા અવયવો નજા થાય છે. આની સામિતી કાદીમર અને મજુર લોકોમાંથી મળી આવે

છે. લુહાર અને કંસારા, ભારે મ્હેટા હથોડા વાપરી ઘાટ ધડે છે, તેમના હાથની ભુમ્મો મજબુત થાય છે; પણ તેના પ્રમાણમાં પગ, અને બીજા અવયવો, તેના મજબુત થએલા જણાતા નથી. તેમજ દહાડારા, ખેપીઆ વગેરે લોકોના પગની પીંડીઓ જેવી મજબુત અને કસાએવી હોય છે તેના શરીરના બીજા ભાગો હોતા નથી.

શરીરના કોઈ પણ ભાગનું બંધારણ પૂર્ણ થવા માંડે તો તેની વૃદ્ધિ થતી અટકે છે. આ નિયમ મગજને લાગુ પડે છે. મગજનાં બાહ્યાવસ્થામાં જુદા જુદા ભાગ પૂર્ણ ન થયેલા એવો એક માત્ર મેદુનો ગોળો હોય છે. અને તેમાં રહેતી જુદી જુદી શક્તિઓની કૃતિ અ-યોગ્ય ત્વરાથી કરાવવા માંડે તો ઉપરના પ્રમાણમાં મગજના જુદા જુદા ભાગ જલદીથી પરિપક્વ થશે. પરંતુ આમ ન કરતાં, સ્વાભાવિક નિયમ પ્રમાણે મગજનું બંધારણ પૂર્ણ થવા દીધું હોત, તો જેટલી શક્તિ તેનામાં આવત અને તેનું જેટલું કદ થાત, તે કરતાં આ પ્રમાણે કરવાથી થોડી શક્તિ આવવાની ! અને કદ ન્હાનું રહેવાનું ! અને જે બાળકોમાં આક્ર-મિક માનસિક ચપળતા દેખાતી હતી, અને અચૂક ઉમરનાં થાય ત્યાં સુધી તે જાડું હુશિયાર ગણાઈ બધા વિષયોમાં સરસ નિવડી આવતાં તે પાછળથી તેટલાં હુશિયાર ન નિવડતાં, તેમનાં માળાપ અને શિક્ષકોને નિરાશાનું કારણ થઈ પડેલાં. તેનું કેટલેક દરજ્જે ઉપર કહ્યું તેજ કારણ છે. ન્હાનપણમાં ધણું વળાણાતા, અને હોશિયારીમાં ખપતા પણ પાછળથી પરચરના ભમરડા જેવા નિકળેલા છોકરાના ધણા દાખવા વાંચનારના જેવામાં આવ્યા હશેજ. બાહ્યાવસ્થામાં હદ ઉપરાંત જીવનશક્તિ વાપરી હદ ઉપરાંત કેળવણી આપવાથી નુકશાન થાય છે, એ વાત સાધારણ રીતે માણસો જાણે છે. તેવીજ રીતે યુવાવસ્થામાં પણ તેનુંજ નુકશાન થશે તેનું તેઓને જ્ઞાન રહેતું નથી; એ ધણું નવાઈ જેવું છે. બાળકમાં આક્રમિક જુદીની પરિપક્વતા થાય તો તે ખોટું છે એમ માળાપ કાંઈક સમજે છે. બાળકના મનને અસ્વ વયમાં પરિપક્વ કરવાને જે માળાપ મહેનત કરે છે, તેમને બીજા હપ્કો દે છે અને તેમ કરવાનું કેવું પરિણામ થાય છે એ વાતની માહેતી હોય તો એવાં માળાપને વધારે બીતિ લાગે છે. એક મહા વિદ્વાન જીવનદ્રિયશાસ્ત્રજ્ઞ એમ કહે છે કે:—“ મ્હે” મ્હારો છોકરો આઠ વર્ષનો થયો ત્યાં સુધી તેને કાંઈ પણ શિખવવાનું ધાર્યું નથી. ” આ વાત ઉપરથી અનુમાન થું નિકળે છે તે જુઓ. બાહ્યાવસ્થામાં જે છોકરાની મનશક્તિ પરાણે પરિપક્વ કરી તો તેથી શારીરિક દુર્બળતા અગર છેવટે ગૂર્ણતા કિંવા આક્રમિક મૃત્યુ, એ ક્ષત્ર નિપજે છે. આ વાત ધણાના સમજવામાં છે, તેપણ યુવાવસ્થાએ, અનિ શ્રમથી તેવાંજ ક્ષત્ર મળવાનાં એ વાત ધણું લોગો વિમરી જાય છે, અને વાસ્તવિક રીતે પરિણામ તો એવાંજ થાય છે. મનશક્તિએ અચૂક ક્રમમાં અને અચૂક નિયમ પ્રમાણે ખીલે છે. જે કેળવણી રી પદ્ધતિ આ ક્રમ અને નિયમ પ્રમાણે હોય તો ઠીક; પણ જે પદ્ધતિ આ ક્રમ અને નિયમને અનુસરતી ન હોય, અને મન તુરત ચડણ કરી શકે નહિ એવી ગિત્ર, અને શુભ, બાળતા મનમાં ધાલવામાં આવે અગર વધને યોગ્ય હોય તેની કેળવણી ન આપતાં મનને અતિ કેળવણી આપવામાં આવે તો આવો અસ્વભાવિક લાભ થાય તેના જેટલું અગર તેથી વધારે નુકશાન તેની સાથે થવાનુંજ.

હદ ઉપરાંત જીવનશક્તિ વાપરવાનાં ઉપર કહેલાં પરિણામ જારે હાનિકારક છેજ, પણ તેથી શારીરિક તન્દુરસ્તી જમડીને માફાં પરિણામ નિપજે છે તે વળી વધારે હાનિ-કારક છે. તેથી શરીરનો બાંધો તુરત જાય છે, શારીરિક શક્તિઓ સિધ્ધિ થાય જાય છે,

અને મનોવૃત્તિ વિકારી થાય છે. જીવને દ્રિયશાસ્ત્રની કેટલીક તાજી શોધો કરવામાં આવી છે. તે ઉપરથી શરીરની કૃતિઓ ઉપર મગજની કેટલી સત્તા છે, તે જણાઈ આવેલું છે. અમ પાચન, અને રક્તાવહન, તેમજ આ બે ક્રિયાને આધારે થતી શરીરમાં બીજી બધી મૂળ ક્રિયાઓ પાંચો મગજની શક્તિ ઉપર છે. વેગસ નામના ચાનતંતુઓ મગજ અને શરીરના અંતરાવયોને જોડે છે. ચાનતંતુઓને જીંછવાથી કસેલું પોતાનું કામ કરતું કેવું અટકી જાય છે? અને તે ચાનતંતુ ઉપર થએલી અસર જેમ જેમ ઘટતી જાય તેમ તેમ ક્ષેત્રમાંથી રૂધિર વહન થવા માંડીને તે પોતાનું કાર્ય બંધવવા માંડે છે. વળી તે ચાનતંતુઓને જીંછીએ તો પાછું ક્ષેત્ર ઉપરનું તેનું કેવું પરિણામ થાય છે? એ જેના જેવામાં આવ્યું હશે તેનાથીજ અતિ શ્રમિત મગજની શિથિલતાકારક અસર શરીર ઉપર કેટલી થાય છે? તે સમજી શકશે. આવો પ્રયોગ વિખર નામના એક વિદ્વાને કરેલો હતો. જીવને દ્રિયશાસ્ત્રના પ્રયોગથી જે પરિણામોનાં દારણો સમજવામાં આવ્યાં છે, તે પરિણામો તો આપણા જેવામાં ઘણીવાર આવે છે.

આશા, ભય, ક્રોધ, અને હર્ષ, એમાંનું એક પણ જ્યારે આપણે અનુભવીએ છીએ ત્યારે આપણું હૈયું કેવું ધડકે છે! અને જ્યારે અતિ ભય, અતિ ક્રોધ, અતિ હર્ષ, અને અત્યાશા, મનમાં હોય છે; ત્યારે હૈયું જાણે મહા મહેનતે પોતાનું હમેશનું કામ કરતું હોય એવું જણાય છે. એકાએક ખુશીની ખખર સાંભળવાથી મન ઉપર અચાનક અતિ મોહનો ધક્કો લાગવાથી માણસનું જ્ઞાન જતુ રહી તે કેવી મૂર્છા ખાઈ પડે છે? તે વાત સર્વને માહિતજ છે; અને મનમાં અતિ હર્ષ, અતિ ભય, અતિ શોક અને અતિ ક્રોધ અથવા ક્રોધ પણ લાગણી અત્યંત ઉત્પન્ન થઈ તો તેનું પરિણામ કેવું થાય છે? તે પણ આપણા જાણવામાં છે. મનમાં જ્યારે દુઃખ, થયે હોય ત્યારે પેટમાં પણ પિગાડ થાય છે, મનની આનંદજનક અથવા દુઃખદાયક સ્થિતિ થાય તો ભૂખ ન લાગે, અને ભોજન ઉપર અરૂચિ થાય છે. તેમજ જો ખાંધા પછી દર્દનંદ અથવા ખેડકારક વૃત્તાંત જાણવામાં આવે તો ધણી વખત ખાણું પાણું ફરે છે, (હૈયું ટીકે છે) અગર તેનું પાચન મહા મહેનતે થાય છે. તેમજ અતિ માનસિક શ્રમથી પણ આપણું પરિણામ થાય છે. ઉપર જે દર્શાવ્યો છતાં છે, તે સદૃશ ધ્યાનમાં આવે એમાં છે અને તે ઉપરથી મગજ અને શરીરનો સંબંધ કેવો છે તે પણ સમજશે. આ સંબંધ શરીરની અને મનની દરેક સ્થિતિમાં કાયમ રહે છે. મગજમાં કોઈ પણ મનોવૃત્તિ વિકાર જીવસામેર પણ ક્ષણિક થઈ તેની તેટલીજ ઉંચ પછી ક્ષણિક અમર અંતરાવયો (Viscera) ઉપર થાય છે. તેમજ યોડી જીવસામેર પણ ધણી મુદતની ઉંડરણીનું પરિણામ પણ તેનું જ થાય છે, એટલે કે કોઈ પણ લાગણીનો ધક્કો મન ઉપર જેટલો થાય તેજ પ્રમાણમાં અંતરાવયો ઉપર અસર થાય છે. આ સિદ્ધાન્ત ખરો છે, એમ દરેક વૈદ્ય કહી શકશે. શરીરમાં પેડેલો સડો જુદો જુદો જાતનો અને જોડાવતો હોય છે. કોઈક વખત માત્ર હૃદય રોગજ થાય છે. હૃદય વારંવારે ધનકારા કરે છે, નાડી નખળી થાય છે, અને તેના ધનકારા ૬૦ ક્રિંવા તેથી પણ એછા થઈ જાય છે, કોઈક વખતે પેટમાંજ વિકાર ઉત્પન્ન થાય છે, અજીર્ણ થઈ જાય છે, અને કેટલીક વખતે હૃદય અને પેટ એ બેમાં રોગ બસાય છે. ઉંચ યોડી અને એક સરખી નહિ; વચ્ચેમાં જાગી ઉઠાય અને મન પહોં ચોક્કું ઘણું હલાસ રહે છે.

ત્યારે વિચાર કરો કે મગજ ઉપર અતિશય ન સડન થાય તેટલો બધો જોડો નાંખવાથી કોમળ બાળકો અને જુનાનીયાઓને કેટલું બહુ તુકડાંન થાય? વધ પ્રમાણે જીવિતો વધારો થાય, અને સ્મરણશક્તિ, કલ્પનાશક્તિ, યોગેશનો પણ વધારો થતો જાય ત્યારે પડે

જેટલી મગજમાં શક્તિ હોય તેનાથી વધારે ભાર તેના ઉપર મુકવામાં આવે તો ખચિત શરીર ઉપર દબાવે તરેહથી તેની મુશ્કેલીનકારક અમર જોવામાં આવે છે, અને જો ભાર મંદવાડ એકદમ ન આવે, તો પણ શરીર ધીમે ધીમે ગળતું જાય, અને બળની બીલકુલ હાનિ ચર્તા ક્ષય વગેરે વ્યાધિની ઉત્પત્તિ થાય. જ્યારે ભૂખ થોડી ઘણી લાગે, રૂચિ ન થાય, અને પુરું પચે નહીં અને લોહી સારી રીતે ફરતું ન હોય, ત્યારે માણસ ઉપરમાં વધતો જાય તો પણ, તેનું શરીર કેમ પૂરું થઈ શકે ? જે પ્રાણુરક્ષક ક્રિયાઓ છે તે બધીનું બંધારણ સારા લોહીના જરૂર ઉપર છે. જો સારા લોહીના જરૂર ન હોય તો બીજી બધી પ્રાણુરક્ષક ક્રિયાઓ બળહીન થાય, અને સાફ લોહી પુગતું ન હોય તો શરીરમાં જે નળાઓ છે તેમાંથી નિકળતા પ્રવાહી પદાર્થ જોમ નહીં, અને અંતરાવધે પોતાની ક્રિયા પણ બળની શકે નહિ. સારા લોહીના પુરતા જરૂર વગર, શરીરના જ્ઞાનતંત્રો, માંસ-પિંડીઓ, અંદરની ત્વચા અથવા શરીરની બીજી રેખાઓને જે ધસારો પહોંચે તેની ખેટ પૂરી પડી શકે નહિ, અને તેઓ પોતાનું કામ બરાબર ન બજાવે. સારા લોહી વગર જોખણે તેવી રીતે પુષ્ટિ થાય નહિ, શરીર વધે નહિ અને વધે તો પણ બળ યુક્ત ન હોય, આ બધાં કારણો ઉપરથી આપણને સદૃઢ વિચાર આવી શકે છે કે જો લોહી સાફ અને પુરતા જરૂરમાં ન હોય તો ઉઠતો શરીર ઉપર તેનાં ઘણાં માઠાં પરિણામો નિપજે છે.

અથા કયુલ કદે છે કે અતિશય અભ્યાસથી શારીરિક બળની હીનતા થાય છે. જ્યારે એમ છે તો કોમળ બાળકોને બળાકારે પોપટની પેઠે પાઠ મોઢે કરાવવામાં કેટલું મુશ્કેલી થાય છે ? તેનો વિચાર વાંચનારાઓએજ કરવો. જેવી રીતે શરીર ધીમે ધીમે વધે છે તેજ પ્રમાણે મન પણ ધીમે ધીમેજ વૃદ્ધિ પામે છે, એટલે કે જોમ વધ વધતું જાય તેમ મન પણ વિચારશક્તિમાં પુષ્ટ થતું જાય છે, અને સ્મરણશક્તિ પણ તેજ પ્રમાણમાં વધે છે, ત્યારે જો નાની વયમાં કે જે વયે મન પૂરું રીતે પુષ્ટ ન થયું હોય તે વખતે યાદ રહી શકે તેના કરતાં વધારે બાગતો તેને સિખવવામાં આવે તો તે બધી બાજતો તુરત તેનાથી ભૂલી જવાઈ અને વળી અધ્યયન ઉપર ઈલકુલ રૂચિ ન રહે. કાંતો બુદ્ધિને મન્યું કામે લગાડવાથી, અને તેને મિલકુલ આરામ નહિ આપવાથી અથવા તો મગજ ઉપર તેની ઘણીજ માઠી અસર થવાથી, પુસ્તકો ઉપર સ્વભાવિક પિકાર ઉપજે છે. હાંમોઢેટ કહ્યું છે કે ઘણી મંબધ વગરની બિલ બિલ બાજતોનો મનમાં સંચલ થવાથી કુદરતનું અધ્યયન યોગ્ય થઈ શકતું નથી, અને તેથી કુદરતના કારણોની છાપ મન ઉપર ઝાંખી પડે છે; તેમજ શક્તિ ઉપરાંત મગજ ઉપર ઘણા વિષયોનો બોજો નાંખવાથી મગજ બિચાઈ જ્યાણ તજે આવી જઈ જઈ થઈ જાય છે. જો માણસમાં ચરબી વધે તે સાફ નહિ, પરંતુ પિંડીઓ વધે તોજ તે માણસ બળવાન થાય તેમજ વધારે બાજતો કલ બજવાથી મગજને કંઈજ કામો નથી. હવે ઉપરાંતની મગજને શ્રમ આપવાની રીતમાં કૌથી મ્હોટી ભૂલ એ છે કે તેથી તનદુરતીનો મિઠાડ થાય છે, શરીરનો જુસ્સો જતો રહે છે અને તે જુસ્સા જોડે કંઈગીમાં ઉપયોગી થઈ પડનાર બુદ્ધિની કેળવણી પણ બંધ થઈ જાય છે.

આપણે એમ ધારીએ કે બાકે જ્ઞાન મેળવવાથી અને વંધ કરતાં જોડે અભ્યાસ કરવાથી સંસારમાં ધન મેળવવા પાત્ર થઈએ તો પણ ધન મળે અને શરીર માફ ન રહે તો તે ધન શા ઉપયોગનું ?...એ તેવો મહાન હોદ્દો મળ્યો પરંતુ શરીરમાં બળ ન હોય તો તેનું શું

ક્રળ ? સર્વને ખમર છે કે સારો પચાવ, સ્વચ્છ લોહી, અને ખુશમિજાજ જેવું બીલું એકે સુખ નથી. શરીર નખળું હોય તો સુખ પણ દુઃખકારક થઈ પડે છે અને જો શરીર સારું હોય ને દુઃખ પડે તો તે પણ હલકું લાગે છે. આ ઉપરથી ખાત્રી થશે કે અતિશય અધ્યયન દરેક રીતે ખરાબ છે.

હિંદુત્વનાં લક્ષણો.

હિંદુઓના હરહાર તીર્થમાં એક મહાત્માએ મોટી સભા વચ્ચે હિંદુત્વ-હિંદુપણું-શું કહેવાય ? તે વિષે બાપણુ કહ્યું હતું. તે વિદ્વાન વક્તાએ હિંદુપણાનાં ખરાં લક્ષણો દર્શાવી શ્રોતાજનોના મન ઉપર સારી અસર કરી હતી. તે મહાત્માએ હિંદુ કેને કહેવો ? એ વિષે વિવેચન કરી તેનાં દશ લક્ષણો દર્શાવ્યાં હતાં. તે આ પ્રમાણે. ૧ જેનામાં સ્વસ્થ સેવાની ભાવના સદા જાગૃત રહે અને જે સ્વધર્મના રક્ષણને માટે મર્વસ્વ અર્પણ કરે તે હિંદુ કહેવાય છે. ૨ જે રાજકીય, વ્યાવહારિક અને ધાર્મિક આ ત્રણ વિભાગ ઉપર સ્વચ્છતા રાખવાનો આશય રાખે અને તેમાંજ આત્મજાળના ઉપયોગ કરે તે હિંદુ કહેવાય છે. ૩ પોતાના દેશ ઉપર પરચક આગમ થાય, તોપણ પોતાના હિંદુત્વનું અભિમાન જે ગુમાવે નહિ અને હિંદુપણાના તેજને જાંખું થવા દે નહિ તે હિંદુ કહેવાય છે. ૪ દેશમાં તરવાર, પ્રપંચ અને યુક્તિ ગમે તેટલી આવે તોપણ જે આર્થત્વને સાચવી રાખે, આત્મને ઉગારે, શરીરને દાસત્વમાં ઝોકાવે નહીં, અને આત્માયે શરીરનો ભોગ આપે તે હિંદુ કહેવાય છે. ૫ જે પોતાના ધર્મમાં, રાજ્યમાં, આચારમાં, વિચારમાં અને નીતિમાં ટેક રાખે, જડવાદ નાસ્તિકતા અને આડંબર તરફ અભાવ ખતાવે તે હિંદુ કહેવાય છે. ૬ જે નિષ્પાય સ્થિતિમાં આવે તો પોતાના શરીરને નમાવે પણ પોતાના આર્થત્વને નમાવે નહીં, તે હિંદુ કહેવાય છે. ૭ જે પોતાના દેશના ધર્મની અને પોતાના આચારની રક્ષા કરવામાં આત્માર્પણ કરે અને એ દેશ, ધર્મ અને આચારની ત્રિપુટીની ઉન્નતિ જોઈ અંતરમાં આનંદ પામે, શરીર રોમાંચિત કરે અને હૃદયમાંથી આવેશની હર્મિએ ઉજાળે તે હિંદુ કહેવાય છે. ૮ જે આત્માવને ગૌણ કરી નીતિ ધોરણે પ્રવર્તે અને અમેદમય ભાવનાનો વિન્યધ્વનિ ગળવે તેજ હિંદુ કહેવાય છે. ૯ જે રાજના અધિકારને સર્વોપરિ માને અને તે અધિકારની પ્રતિષ્ઠા સાચવવા માટે, તેની કીર્તિનાં ઉજવળ દિરણો સમગ્ર દેશમાં પ્રસારવા માટે પ્રયત્ન કરે, તે હિંદુ કહેવાય છે. ૧૦ જેની વૃત્તિ સંક્રયિત ન હોય, જે સમગ્ર વસ્તુધારે કુર્કુળ માનનાર હોય અને જે અગ્નિ શત્રુ થઈ અંતે પરમપદની પ્રાપ્તિનો અભિલાષી થાય તે હિંદુ કહેવાય છે. હિંદુત્વ-હિંદુપણાનાં આ દશ લક્ષણોનું સ્વસ્થ દરેક હિંદુએ હૃદયસ્થ કરવા જેવું છે. હિંદુત્વના આ શુદ્ધ સ્વરૂપને હૃદયાર્થ કરનારો હિંદુ પોતાના હિંદુત્વનું રક્ષણ કરવાને માટે મતત ઉત્સુક બતાવે શરેશ નહિ. તે પોતાના હિંદુત્વને અજાપિત રાખવાને તન, મન અને ધન અર્પણ કરે.

(જેન શાસન અને શુજરાતી પંચ.)

ભારતીય મહિલાઓ પ્રતિ એક સંન્યાસીનો મંદેશ.

(સં. વા. ૫૦ દિનેશ. વિવેદી સુરત.)

“ શ્રી સ્વામી શદ્ધાનન્દજી મહાગજ (ભૂત પૂર્વ મહાત્મા મુન્શીરામજી) “ સદ્ધર્મ પ્રચારક પત્ર ” ના ખાસ મહિલાક્રમાં નિમ્ન સંદેશો લખી ગોકલે છે. આશા છે કે તે ગૃહે ગૃહે પહોંચાડામાં આવશે.

“ જાગૃત્વરૂપે વીર સંતાનોની આત્માવસ્થકતા છે. તેને મધ પીને ઉન્મત્ત થનાર, રણ-શિંગા (માઉલ બેન્ડ) ની તાનમાં મસ્ત બની ઝુઝનાર, મદાન્યની પેટે મોરચાપર ચઢી કપાઈ મરનાર સંતાન નહિ જોઈએ. વળી તેને એવાં સંતાન નહિ જોઈએ કે જે અત્યાચારોથી ખીજવાઈ જઈને કોષના દાસ બની અપરાધીને બન્ધે નિરપરાધીઓનું પશુ છવન પુરું કરે. ભારતમાતાને હવે એવાં સંતાનોની જરૂર નથી કે જેને કર્તવ્યપાલન કરાવવા માટે તાળીઓના ગડગડાટથી ઉત્તેજવાની જરૂર હોય હિંદદેશને હવે એવા પુત્રો નથી જોઈતા કે, જે ભીખ માગવા માટે પોતાનાં બાપણોવડે આક્રમ પાતાળ એક કરે. જેઓ શરાળ પીને રણતુરીપર મસ્ત બની રણભૂમિમાં આગળ વધે છે તેઓ મધનો નિશો ઉતરી જતા તથા રણવાદના દ્રાટી જવાથી પોતાનાં હથિઆર પણ તર્તજ નીચે મુજાદે છે; જેઓ જીવ-માટથી શીઘ્ર જાય છે તેઓ અત્યાચારીઓની સામે પોતાની દાજ ન ગળવાથી બિચારી વિધવાઓના ઘનપર તુડી પડી બનાવોને નિર્ધન કરી જાય છે. જેઓ કરતાવિકા ધ્વનિની પ્રેરણાથી જ કર્તવ્યપાલન કરવા માટે તૈયાર થાય છે એમને ભૂખોની વાહ ! વાહ ! ની લાવસા કદી કદી અધર્મના ખાડામાં પણ પડતી દે છે. જેઓ ભીખને માટે આક્રમ પાતાળ એક-કાર કરે છે, તેઓ રસાર્થમિદ્ધને માટે પોતાની સમસ્ત જાતિને પણ વેચી શકે છે, મોટેજ એવાં સંતાનોની ભારતજનનીને આવસ્થકતા નથી.

“ ભારતમાતાને બરાબર વાહ છે કે તે એક વખત કર્મજૂમિ હતી, તે વેળા તેનાં સંતાન ભોગચવનથી સંકેડે કોશ દુર હતાં. તે સમયે ભૂમંડળના લોકો આદિ-આરિત્રમંગ-દન શિક્ષા ભેજવવાને આવતા હતા. આજે તે જનની એનાંજ સંતાનોની યાચના કરી રહી છે. તે સમયના ભારતપુત્રો કેવા હતા ? જેને ધ્વનિઓ અને મન વશમાં હતાં, જેને માટે કર્તવ્યપરાયણતા એક સ્વાભાવિક વાત હતી, જેમને ધર્મમાર્ગથી લોભ, મોહ કે ભય ક્યાની ગતતા નહિ. જેનાં વજ્ર સમાન હૃદયોપર કાગદેવનાં બાણો લાગનાની સાથેજ તે સ્વયં નીચે તુડી પડતાં હતાં; જેમને ગોટામાં મોટાં પ્રયોજતો પણ પોતાના સસત્રતના પાલનમાંથી હલાવી શકતાં નહિ. આથી આ વેળા ઉન્મત્ત બનીને, વગર વિચારે કપાઈ મરના તૈયાર થનાર સંતાનની જરૂર નથી. ભારતમાતા કંઈ કાલી કરાલી દેવી નથી કે જેની શાંતિ માટે મનુષ્યોના જાતિની જરૂર હોય એ જનની તે શાન્ત છે; જેની શાંતિને માટે અમર થનાર સૌમ્ય સંતાનની જરૂર છે. જેતુ શરીર દહ હોય, બ્રહ્મચર્યના તેજથી જેના મુખની કાનિ સમ્પૂર્ણ ઉન્નત રહેતી હોય, જે ગૃહસ્થાશ્રમમાં પણ બ્રહ્મચર્યનું છવન માળનાર હોય, જેને મૃત્યુનો ભય પણ ધર્મપથથી જરા પણ ક્યાવી શકે નહિ. એનાં સાત્ત્વિક સંતાનની જનની

“ એવાં સંતાનો માટે માતા પોતાની ભારતપુત્રીઓ પાસે યાચના કરે છે કે હું આ-
ર્યાવર્તીય દેવીઓ ! એવાં બાળકો પેદા કરવાનો અધિકાર તમારોજ છે. સંસારના સૌથી પડે-
લા ધર્મશાસ્ત્રકારે તમને “ જ્યા ” એટલા માટે કહી છે કે તમારા ગર્ભમાં નવું માસ
રહીને સંતાનનું સંશોધન થાય છે. મનુજી કહે છે—“ પતિર્માર્યા સંપ્રાવિદ્ય ગર્ભો
ભૂત્વેહ જાયતે । જાયાયાસ્તન્નિ જાયાત્વં યદસ્યાં જાયતે પુનઃ । ” પતિજ ભાર્યા-
માં પ્રવેશ કરીને ગર્ભ રૂપ થઇને સંસારમાં જન્મે છે, જે એમાં ફરીથી જન્મે છે તેજ
જાયાનું જન્મ છે.

“ હે દેવીઓ ! તમે જેવાં ચહાશો તેવાંજ સંતાન પેદા થશે. મનુજી વળી કહે છે
કે— યાદશં ભજતે દિ સ્ત્રી સુતંસૂતે તથા વિધમ્ । જેવા પ્રકારના પુરૂષનું તમે સેવન
કરશો તેવાજ પ્રકારનો પુત્ર પ્રસવશે. જે તમે ભોગવાદિની હશે તો તમે ભોગી પુરૂષનેજ
પસંદ કરશો; ત્યારે સંતાન કર્મવીર કેમ ઉત્પન્ન થશે ? પુરૂષોમાં આત્મજ્ઞ જાહુજ થોડું
હોય છે. હે દેવીઓ ! તમે આત્મજ્ઞતાના અધિષ્ઠાન રૂપ છો; જે તમે પુરૂષોને આત્મજ્ઞ
આપશો તોજ તેઓ સંતાનની શુદ્ધિમાં તમારી સહાયતા કરી શકશે. જે રીતે વીર્યનું સં-
શોધન તમારે આધીન છે, તેજ રીતે ઉત્તમ વીર્યનો નાશ પણ તમારાજ હાથમાં છે. જેટલું
આત્મિકજ્ઞ તમારામાં અધિક છે, એટલીજ આત્માને નાશ કરવાની શક્તિ પણ તમારામાં
છે. તમે શક્તિ તો છોજ. જે હવે તમે શારદા અને સરસ્વતીનું રૂપ ધારણ કરે તોજ સં-
સારનું કલ્યાણ છે; પરંતુ જે તમે ચંડિકાનો અવતાર ધારણ કરીને કાલિની શાકિની સહિત
કામનું ખડગ લઇને આશો તો સંસારને ભસ્મીભૂત થવામાં પછી શો સંદેહ છે ? એટલ
માટે હે દેવીઓ ! પોતાનારમાં માતૃભાવ જાગૃત કરો, કે જેથી આર્યાવર્તનું કલ્યાણ થાય અને
સાથે સાથે સમસ્ત સંસારનો ઉદ્ધાર થાય.

“ પુરૂષ પોતાની મૂર્ખતાથી તમારી પવિત્રતાને કલંકિત કરે છે. જે અગ્નિ તેઓ પ્ર-
જ્વલિત કરી દે છે, તે જ્યારે પ્રત્યક્ષ થઇને સંસારને ભસ્મ કરવા લાગે છે ત્યારે પછી
તેઓ આશ્ચર્ય અદિત થઇને પોકાર કરી ઉડે છે. હે આર્ય દેવીઓ ! પુરૂષોની મૂર્ખતા ભૂલી
જઇને એમને માટે સંશોધક પ્રકાશ જની જાઓ.

“ ભારતને વીર સંતાનની જરૂર છે. વીર સંતાન વીરાંગનાજ ઉત્પન્ન કરી શકે છે.
પરંતુ હે દેવીઓ ! તમે તમારાં શરીર, તમારું મન, અને તમારી આત્માની અવસ્થા તરફ
જુઓ. લખનૌમાં કોન્ગ્રેસ (હાજીવીય સભા) ના અધિવેશનમાં કુડીયષ દેવીઓને
વેદી પર પ્રતિનિધિ રૂપે જોડેલી જોઇને રાજનૈતિક સમુદ્ધ જાડુ પ્રસન્ન થયો હતો. પરંતુ હું
એ દસ્ય જોઇ બહુ દુઃખી થયો હતો. કિનારી ગોરાવાળાં સૂક્ષ્મ રેશમી વસ્ત્રો અને આભૂષ-
વોની અંદર રહેલું શરીર શું કદી સ્વસ્થ રહી શકે છે ? ઉપરથી નીચે સુધી કાળા નાગરુદ
ખુદાઓ પડેલીને ચાલવાથી શું કદી શરીરને ઉચ્ચિત બ્યાપામ મળી શકે છે ? મેં ત્યાં જોયું કે
પુરૂષો જ્યારે વિદેશી અનુકરણનું દામત્વ સ્વીકારી સ્વયં પોતાનું વ્યક્તિત્વ નષ્ટ કરી સુમ્મા
છે ત્યારે તેમને તમને પણ પતંગીયાં (Butterflies) જેવી દુઃખદાકરી પુતળાઓ બના-
વી દીધી છે. શું આપણા અધિકારીઓને મળવાને માટે ખરેખર કોટ, પેન્ટ, કોલર, નેકટાઇ
ને ખુટની જરૂર છે ? મેં જોયું છે કે વાઇસરાય જેવાના મહેલમાં એક ગામડીયા જોડા પ-
હેરનાર, ઉઘાડા માથાવાળા, ઘોલીય પહેરનાર ફલાહારીનું એટલુંજ માન છે કે જે એક

દેશના અપ-ડે-ડેટ માંસાહારીને મળતું હોય. હે દેવીઓ ! જરા વિચારો, શું પતંગિદાના મર્બથી સિદ્ધ ઉત્પન્ન થઈ શકે છે ?

“ હે માતાઓ ! જે તમને પતંગિદા બનાવી રહ્યા છે, તેઓ જાતિ અને જન્મભૂમિનો નાશ કરી રહ્યા છે. તમે એવા પુરુષોને કહી દો કે, “ જો તમારે પતંગિદા જોવાનો શોખ હોય તો તમારે અમારી પાસે ન આવવું. ” તમે તમારો જીનો પહેરવેશ ફરીથી ધારણ કરો. આ યુગના એક ઋષિએ સંવત ૧૯૨૨ માં લખ્યું હતું કે “ જ્યારે મદાધ હુદ્દ આતતાધઓથી પતિત કાયર હોઈઓની વહુ બેટીઓના સતીત્વનો નાશ થવાનો ભય હતો ત્યારે અનુચિત પાદનો રિવાજ તે વેળા નીકળ્યો હતો; પણ હવે તે જીહા પકડાને ફર કરી દો. ” વળી લખ્યું છે કે “ જે રીતે દક્ષિણાત્મ લોકોની સ્ત્રીઓ વસ્ત્ર ધારણ કરે છે તેવીજ રીત પૂર્વે હતી, કેમકે એથી કદી વસ્ત્ર અશુદ્ધ રહેતું નથી. આખો દિવસ જેમ પુરુષોનાં વસ્ત્ર શુદ્ધ રહે છે, તેમ સ્ત્રીઓનાં પણ શુદ્ધ રહે છે. ” શરીર સાથે જે વસ્ત્ર સામે તેને નિત્ય ધોવાં જોઈએ; અને વસ્ત્ર એવાં પહેરવા જોઈએ કે જેથી શરીરને સૂર્યનો પ્રકાશ અને વાયુના સ્પર્શથી સદા પ્રુષ્ટિ મળતી રહે. તે એજ નેશનલ કોંગ્રેસની વેદી પર બગાલી, કાશ્મીરી અને અન્ય દેશરથ પતંગિદાઓની સાથે એક જે મહારાષ્ટ્રની મહિલાઓજ એવી જણાતી હતી, કે વીર સંતાન ઉત્પન્ન કરવા યોગ્ય કહી શકાય.

“ હે દેવીઓ ! તમારે તમારા ખાનપાન, પહેરવું, ઓઢવું અને તમારા ખીજા બધા વ્યવહારમાં મુખ્ય વાત પર દૃષ્ટિ રાખવી જોઈએ કારણ કે સારાં યા નરસા સંતાન પેદા થવાનો આધાર તમારા પર છે. તમે પતંગિદા કેમ બનો છો ? તમે માનવીના સ્વાભાવિક મનન-શીલ ગંભીર ભાવોને છોડીને હાવભાવ-નાચ નખરાનો અભ્યાસ શા માટે કરો છો ? એટલા માટે કે એથી પુરુષ તમારા પર મોહિત થશે, તમારા પર પ્રમન થશે ? તેમ નથી. પરંતુ પરમેશ્વરજી તમને એ માટે વિશેષ શક્તિ આપી છે. જે પુરુષોને નખરાં અને કૃત્રિમ દાઢમાઢ સાથે લાગતો હોય, જેને પતંગિદાઓનો નાચ જોવાની ઇચ્છા હોય, તેઓ પોતે શા માટે મોરની પેઢે કળા કરી નાચતા નથી. જે પશુઓનુંજ અનુકરણ કરવું હોય તો પુરુષ કરે.

“ હે માતાઓ ! તમે તમારા જીવન પરથી પુરુષોને એવું બતાવી દો કે “ તેમનામાં વિદ્યા, બુદ્ધિ, બળ, પરાક્રમ, ને શરતીરતાને માટે પ્રેમ હશે તોજ તમારે યોગ્ય થઈ શકશે. ”

“ આજે ત્રીતીય મહાસભા (કોંગ્રેસ) ની વેદી ઉપર પતંગિદાઓ પોતાનું સાંનૃદ્ય બતાવવા આવે છે, તેથી કરીને કોંગ્રેસના પ્લેટફોર્મ પર પુરુષો અને સ્ત્રીઓનાં જોડે જોડે ભાવજો જોડેરા કાનોપર અથડાય છે અને જોડે કંઈ લાલિષ્ઠ પ્રભાવ પાડે પણ છે તો પણ પેંડાલથી બહાર જતાંજ એ પ્રભાવ દૂર થઈ જાય છે પરંતુ જે દંડાડે ભાગત મહિલા દેશી જોડા પહેરીને કિંવા ઉધાડા પગથી, સ્વેત સ્વચ્છ વસ્ત્ર (સાડી) ધારણ કરીને સોના આદીનાં ધરેણીથી સુકત થઈને, જન્મણી બાળુ ચાર નીરોગ, તેજસ્વી પ્રુદ કન્યાઓ અને પોતાના કાળા હાથ તરફ ચાર પ્રુદ, દેહીધ્યમાન, ધીર પ્રુદા સાથે લઈને કોંગ્રેસની વેદી પર પગ ધરવા માંડશે તે વખતથી ભારતમાતાના હૃદયને શાંતિ વગવા માંડશે.

“ આર્ય દેવીઓ ! ભવિષ્ય તમારાજ હાથમાં છે-કેવળ આર્યોવર્તીનુંજ નહિ પણ સમ-

રત ભૂમંડળનું—કેમકે સધળો સંસાર ભોગલ્લવનમાં સિખ જની પોકાર કરી રહ્યા છે. ઉઠો. અને પોતાના હૃદયરદ્ય અધિકારને સમજો. આ સમય હવે સુવાનો નથી. એવાં સંતાન ઉત્પન્ન કરવાની આગવીજ તૈયારી સારૂ કરી દો, કે જેના તેજ માનવીજ મનુષ્યોનો ઘાત થયા વિનાજ સંસારની કાયા પથઢાઇ જાય. ભગવતી સીતાજીનો આશીર્વાદ તમે સૌ ભારત મહાકાવ્યોને મળો એ આ સન્યાસીની મંગળ કામના છે. ”

લો. મા. ગાંધીજી સત્યાગ્રહ વિષે.

સત્યાગ્રહની લડત કોણ કેવા સંજોગોમાં ચલાવી શકે? એ સંબંધમાં લો. મા. ગાંધીજી એક લેખ ગયા “ગુજરાતી” પત્રમાં પ્રકટ થયો છે જે વાચકોની નજીક ખાતે આ નીચે ઉતારી લેઈએ છીએ.

ઇંગ્રેજ શબ્દ ‘એસિવ રેઝિસ્ટન્સ’ એ, જે શક્તિ વિશે હું લખવા ધારૂં છું તેને સ્વયં-વનારો શબ્દ નથી; પણ સત્યાગ્રહ શબ્દ તેને યરાળર લાગુ પડે છે. સત્યાગ્રહ એ આત્માનું બળ છે, અને તે હથિયાર જડ બળનું વિરોધી છે. એ કેવળ ‘ધાર્મિક’ સાધન છે, એટલે ધાર્મિક જીતિનાં માણસોથીજ તેનો જ્ઞાનપૂર્વક ઉપયોગ થઇ શકે. પ્રહલાદજી, મીરાંબાઈ વગેરે સત્યાગ્રહી હતાં. મોરોઝીની લકાઈ વેળા ત્યાંના આરમોની ઉપર ફેંચોની તોપનો ગ્રાસ આ-લતો હતો. આરમો પોતાની માન્યતા પ્રમાણે કેવળ ધર્મને સારૂ ઠાક્યા હતા. તેઓ મરણીઆ થયા, અને ‘યા અલલાહ’ નો પોકાર કરી તોપચી તરફ ધસ્યા. આમાં મારવાને અવકાશ ન હતો. આ આરમોની ઉપર તોપ ચલાવવાની ફેંચ તોપચીઓએ ના પાડી, ને તેઓએ પોતાની ટોપીઓ હવામાં ઉડાડી ને હર્ષના પોકાર કરતા આ વીર આરમોની સાથે બેઠ્યા. આ સત્યાગ્રહનો અને તેના જયનો દાખલો છે. આરમો જ્ઞાનપૂર્વક સત્યાગ્રહી ન હતા. તેઓ પોતાના આવેશમાં મરણની ભેટ કરવા તૈયાર થયા, પણ તેઓમાં પ્રેમભાવ ન હતો. સત્યા-ગ્રહી દેવ નથી કરતો, તે રોપમાં મરણને વશ નથી થતો, પણ પોતાની હુબ સહન કરવાની શક્તિથી ‘શત્રુ’ કે બુદ્ધમગારને તાણે નથી થતો. એટલે સત્યાગ્રહીમાં વીરતા, ક્ષમા અને દયા હોવાં જોઈએ. ધર્મામહાસેને પોતાને સારૂ પોતાના છોકરા તથા ભગિનિ સારૂ મરણ બૂખ અને તરસ રસીકાર્યા પણ તેઓ અન્યાયી શાસનને શરૂ ન થયા. તે વેળા તેઓ જન-શુતા હતા કે તેમને ભાગે મરણજી છે. પણ જો તેઓ અન્યાયને વશ થાય તો તેમના પુર-પાર્થને જાંખપણ લાગે, તેઓ ધર્મહીન થાય છે. આ વેળા તેઓએ મરણભેટ રસીકારી. મારી માન્યતા એવી છે કે ઇસ્લામની-ઉન્નતિ ઇસ્લામની તલવારથી નથી થઇ, ઇસ્લામના ફકીરોની આદુતિથીજ થઈ છે. તલવાર મારવામાં કંઈજ નથી. મારનારો પોતાની બૂધ સમજે ત્યારે પોને ખૂન કર્યાનું પાપ સમજી દાઢ ધમે છે. મરનારો બૂધથી મરણ બેઠારું દરો તોયે તેને જયન્ત છે. સત્યાગ્રહ એ ‘અદિ’સા ધર્મ’ છે, હજી છે. હથિયાર બળ દિ’સા છે તેથી સર્વ ધર્મમાં નિર્દોષ છે. હથિયાર બળના દિમાપતી પણ હથિયાર પાપરનાની જાડુ દરો બાપ છે. સત્યાગ્રહને સીમા છેજ નહીં, અથવા છે તો તે સત્યાગ્રહની તપશ્ચર્યાની હુબ સહન કરવાની શક્તિ છે.

દેખીતું છે કે આ સત્યાગ્રહ કાયદેમર છે કે નહિ એવા પ્રશ્નનો જવાબ ત્રાહિત પુરૂષથી અપાય નહિ. તેનો જવાબ સત્યાગ્રહીજ દઇ શકે. તટસ્થ માણસો સત્યાગ્રહનો આરંભ થયે તેની પરીક્ષા કરી શકે છે. સત્યાગ્રહીને દુનિયાની અપ્રમનતા રોકી શકતી નથી, મત્યાગ્રહનો આરંભ ગણિતના નિયમ ઉપર આધાર નથી રાખતો. હારણતના પાસા નાંખી છત્તો પાસો પડે ત્યારેજ સત્યાગ્રહ કરાય એમ માનનાર ભણે રાજ્યનીતિકુશળ હો, વિચારવંત હો, પણ તે સત્યાગ્રહી નથી. સત્યાગ્રહી સહેજે કામ કરે છે.

સત્યાગ્રહ અને શસ્ત્રક્રિયા બન્ને અનાદિ છે. બન્નેની પ્રશંસા પ્રચલિત ધર્મશાસ્ત્રોમાં બે-વામાં આવે છે. આ દૈવી અને આસુરી સંપત્તિનાં સ્વરૂપ છે. આપણી માન્યતા છે કે હિંદમાં અગાઉ દૈવી સંપત્તિ પ્રધાન હતી. હજી પણ આપણો આદર્શ એજ છે. આસુરી સંપત્તિ પ્રધાન્યનો સચોટ નમૂનો યુરોપ આપી રહ્યું છે.

બન્ને બળ, દુર્બળતા બંને આપણે તોછડા પણ વધારે અસરકારક શબ્દ “બાપવા-યલાપણા” થી ઓળખીએ છીએ તેના કરતાં ઘટ છે. બેમાંથી એકે વિના સ્વરાજનો કે લોકોની જાગૃતિનો સંભવ નથી. ક્રિયા વિના મેળેયુ ‘સ્વરાજ’ સ્વરાજ નહિ હોય. લોકોની ઉપર એવા સ્વરાજની અસર કંઈજ ન થઈ શકે. પોતાનું બળ અનુભવ્યા વિના કદી જાગૃતિ થવાનીજ નથી. આગેવાન ગમે તે કહે, સરકાર ગમે તેમ મથે, છતાં જો તેઓ અને આપણે બંધા સત્યાગ્રહને પ્રધાનપદ ન આપીએ તો શસ્ત્રક્રિયાનું બેર તેની મેળેજ વધશે. શસ્ત્રક્રિયા તો ધાસની પેડે છે. તે તો ગમે તેમ ભૂમિમાં સ્વેચ્છાએ ઉગે છે. સત્યાગ્રહરૂપી પાકને માત્ર પ્રયત્ન, માહસરૂપી ખાતરની જરૂર છે. ને વાવેલો પાક જેમ ધામને છાંટી ન કાઢીએ તો ધાસમાંજ દબાઈ જાય છે તેમજ શસ્ત્રક્રિયારૂપી ધાસને તપથપાથી ભૂમિ સાદ રાખી ઉગવા ન દઈએ, અને ઉગેલાને દબાવી ક્રિયાથી કાપી ન નાંખીએ ત્યાં મુંડી તે ઉખાંચ કરશે. જે યુવાનો પોતાને લગતા સરકારી જીવનમંથી અંતરીય થયા છે, જેઓ તેથી રોષમાં આવી ગયા છે તેઓને આપણે સત્યાગ્રહથી સમજાવી શકીએ છીએ ને તેઓની વીરતાનો, તેઓના સાહસનો, તેઓની મહનશક્તિનો આપણા મત્યાગ્રહની દૈવી સંપત્તિ વંશરવામાં ઉપયોગમાં કરી શકીએ છીએ.

એટલે સત્યાગ્રહનો પ્રચાર જેમ પડે તો થાય તેમ ધ્વજવા જેવું છે. તેથી ગતપ્રગત બંનેને સુખ છે. મત્યાગ્રહી, સરકારને કે કોઈને હેગન કરવા નાગતો નથી, સત્યાગ્રહી અવિચારી પગલું ભરતો નથી, સત્યાગ્રહી ઉદ્ધતાઈ વાપરતો નથી, એટલે તે જાંબકોટથી અળગો રહે છે, પણ સ્વદેશીયત ધર્મ સમજી અંદર રહી હમેશાં પાળે છે. સત્યાગ્રહી કેવળ ધ્યેય રથીજ ડરે તેથી ખીજ સત્તા તેને બધ ઉપજાવી શકતી નથી. રાજના બધથી કરીને તે કન્યા નજ હોડે.

હવે મારે લખવાની ભાગ્યેજ જરૂર છે કે વિદુષી એનીએસન્ટબાઈ અને તેમના સહાયકોને છોડાવવામાં સત્યાગ્રહ વાપરવાની ફરજ છે. તેમનાં બંધાં કે એકે કાર્યને મા પસંદ કરે ન કરે, એ જીલ્લો સવાલ છે. મને તો તેમનાં કેટલાંક કાર્યો પસંદ નથી. છતાં મારા નમ વિચાર પ્રમાણે સરકારે મહા બૂલ કરી છે. સરકારને મન તે બૂલ નથી એ હું જાણું છું. પ્રજા તેમનો છૂટકારો ધ્વજવામાં બૂલ કરતી હોય એવો બધે સંભવ હોય, સરકારે તો તેમને સુચ્યું તે પ્રમાણે કાર્ય કર્યું છે. પ્રજા પોતાની હુબા-

યક્ષી લાગણી શી રીતે બતાવી શકે? અરજીઓ વગેરે, સહા દુઃખોને સાર ઇલાજ છે. અસહ્ય દુઃખનો ઇલાજ સત્યાગ્રહજ છે. એ દુઃખ અસહ્ય હશે ત્યારેજ, અને જેને અસહ્ય લાગશે તેજ, પોતાનાં તન, મન અને ધન એનીએસંટ બાઈને છોડાવવામાં સમર્પણ કરશે. એમ કરશે તે લોકલાગણીની ભારે નિશાની છે. આવા મહા ત્યાગની પાસે કોઈ પણ શક્તિ નથી જશે, એ મારી આગ્રહ છે. મોન્ટેગ્યુ સાહેબ આવે છે તથા ભવે લોક પોતાની લાગણીને શમાવે. શમાવરી એ તેમની ન્યાયબુદ્ધિને, સરકારનો વિશ્વાસ બતાવ્યાની નિશાની ગણાશે. પણ જો મોન્ટેગ્યુ સાહેબના આવતાં પહેલાં તે ન છુટે તો આ અહુત શક્તિનો ખ્યાલ ગ્રહણ કરશે એ આપણી ફરજ છેજ. તે વાપરવામાં મેં પ્રયત્ન કર્યો છે તે એ શક્તિ વાપરીને આપણને થતા દૈનું શુદ્ધ માપ સરકારને બતાવીશું; આપણે ધરિદો તેમને ચીક-વવાનો નથી, તેમને હેરાન કરવાનો નથી. હું માતું છું કે સત્યાગ્રહના પ્રયોગમાં સરકારની સેવા રહેવી છે.

રંગથી થતી અસર.

જુદા જુદા પ્રકારના રંગ આપણી નજરે પડે છે; તેની એસર પણ જુદા જુદા પ્રકારની થાય છે. કોઈ રંગના સામા રહેવાથી આનંદ, કોઈ રંગને સામા રાખવાથી શરીરમાં જુસ્સો અને કોઈ રંગના સામા રહેવાથી ગાન ઉપજે છે. એક ગાયનાચાર્ય (Herman Darewski) નું કથન છે કે કોઈ વિશેષ રંગને સામા રાખવાથી આવેગ ઉત્પન્ન થાય છે, અને મનના વિચાર બદલાઈ જાય છે. એટલે બિન્ન બિન્ન રંગના મામે રહેવાથી બિન્ન બિન્ન સ્વરની ઉદ્દિષ્ટિ થાય છે. આ પ્રણાલિ હકીકત છે ત્યારે મનોવૃત્તિની રચિતિમાં કેન્દ્રાર થવાનું કારણ પણ રંગથી થતી અસર ઉપર અવલંબી રહે છે. આ ઉપરથી સાબીત થાય છે કે આપણા આરોગ્યને ગાઠ સંબંધ જુદી જુદી જાતના રંગ સાથે રહેશે છે. એક અનુભવી (Liszt) નું કથન છે કે, નારંગી રંગ જોવાથી ભૂતકાળની વાતો યાદ આવે છે, ગાદો વાદળી રંગ જોવાથી મનની ગતિ મંદ થઈ જાય છે, અને મન બિન્ન થઈ જાય છે. લીલો રંગ, પીળો રંગ અને એરો લાલ રંગ જોવાથી ચિત્ત આનંદિત અને પ્રકુદિત થાય છે અને મસ્ત બની જાય છે. ઘાસની લીલોતરી, આદાશનો વાદળી રંગ મનને શાન્ત અને સ્તિગ્ધ કરે છે. મલિન વાદળી રંગ જોવાથી વિપાદ અને વિરહ ઉત્પન્ન થાય છે. પીળા અને લાલ રંગના મિશ્રણથી ગાદો લાલરંગ થાય છે તે મનને ચંચલ અને ઉન્મત્ત બનાવી મુકે છે. મલિન પીત્તલથી કંપનાશક્તિની વૃદ્ધિ થાય છે. મલિન લાલ રંગથી આવલહરી અને સ્વપ્નસ્વપ્નને ઉત્તેજન મળે છે. નંચુડીયા રંગથી વિપાદભાવ વધે છે. મલિન ચંદ્રલોકથી અરુપ્ત અસીમતાના ભાવનું સ્પર્શ થાય છે. આ સર્વ રંગને એક એક ગોળ પરિધિમાં બેલી દ્રષ્ટિ સામે ગોળ ચક્રર માદક દેવવાથી હાર્ય રસનો ઉદ્ભવ થાય છે. જો કોઈ માણસને લાલ રંગની દીવાલો અને લાલ રંગના કાગડો કમાડ કે બારી બારણાંવાળા ઘરમાં કંઈ સ્વચ્છ સુધી પુરી રાખવામાં આવે તો તે તદન ગાંડો થઈ જાય છે. લીલા કે આસમાની રંગવાળા બતાવ્યા મુજબના મકાનમાં લાંબી સુવ્ત કરી એસી લખવાનું કામ કરવામાં આવે તો પણ નેત્રો સ્તિગ્ધ રહે છે. સવારમાં લીલી સ્વચ્છ

અને શુભ અરજીદાય વખતે ફરવા માટે જવાય તો મન પ્રસન્ન થાય છે, દેહમાં નવું બળ અને મનમાં કામ કરવાની રફૂતિ પેદા થાય છે. પરંતુ આકાશ વાદળથી છવાયેલું કે ધુમસવાળું ભલિન અને શકિનહીન હોય તો તેવામાં ફરવા જવાથી ઉલટી મનને ઉદાસીનતા પ્રાપ્ત થાય છે. સૂર્યને જોવાથી જેની રીતે આપણે પ્રમન્ન થઈએ છીએ તેવીજ રીતે નાની નાની વનસ્પતિ પણ સૂર્યને જોઈ પ્રમન્ન થાય છે અને જેમ જેમ તે ફરતો જાય છે તેમ તેમ તેના તન્ન તે નમતી જાય છે. કારણ કે તેનાથી તેમને પોષણ અને શક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે. આ રંગદ્રવ્યનાથી ચિકિત્સક લોક રંગ સંબંધી અનેક કથનાઓ કરી બિન્ન બિન્ન રિતિ-વાળાં મનુષ્યો અને રોગીઓને માટે મહાન અને દષ્ટાંતો રંગ નિશ્ચિત કરી તેમની પ્રકૃતિને આરામ કરે છે. (“ મુધાનિધિ. ”) રંગથી રોગો ઉપર ચમત્કારિક અસર થાય છે. એ વાત નિશ્ચિત થઈ ચુકી છે. આપણા દેશી અને વિદેશી વૈદકશાસ્ત્રની રચના વનસ્પતિ અને ખનિજ પદાર્થ ઉપર ઘણે ભાગે થયેલી છે. જુદી જુદી જાતના રંગો વનસ્પતિ અને ખનિજ પદાર્થમાં છે. અને તેવા રંગો તે વનસ્પતિ કે ખનિજ પદાર્થમાં કેવી રીતે અને ક્યાંથી આવે છે તે સંબંધે અમે જ્યોતિષશાસ્ત્ર અને ઝડોનો કેવો નિકટનો સંબંધ છે અને ઝડોની અસર મનુષ્ય જાત અને દરેક પ્રાણી પદાર્થ ઉપર કેવી રીતે થાય છે. એ સંબંધે જ્યોતિષશાસ્ત્રની સત્યતા માટે લીવેલી સમાયોચનામાં વિસ્તારથી જતાવેલું છે. આપણા ખાનપાન અને રહેણી કરણીની અવ્યવસ્થાને લીધે શરીરમાંનો અમુક રંગ ઓઝો થાય છે તેથી અમુક જાતના રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. તે રોગ મટાડવા માટે તેવો રંગ જે વનસ્પતિ કે ખનિજ પદાર્થમાં હોય તેની વનસ્પતિ કે ખનિજ પદાર્થવાળી દવા આપવામાં આવે તો દરેક તુરંત મટી જાય છે. પરંતુ તેની યોજના ન થતાં ખીજ રંગવાળી દવા આપવામાં આવે તો જરા પણ શુભ લાગતો નથી વૈદકશાસ્ત્રની રચના રંગ ઉપર કેવી રીતે થયેલી છે તે અમે અન્ય પ્રમુખે લખીશું.

સ્વીકાર અને અવલોકન.

સ્કૂલો અને કોલેજોમાં ફરીલાયા મારફત અપાયું જોઈતું શિક્ષણ (Vernaculars as Media of Instruction in Indian Schools and Colleges) એ ૧૧મે એક ઇંગ્રેજ લેખ પુસ્તકના આકારમાં ડૉ. પ્રાણજનનદાસ જે. મેહતા, એમ. ડી, બેરિસ્ટરના તૃતીય લાલક માણસોને મફત વહેંચવા માટે છપાઇને પ્રસિદ્ધ થયો છે, અને તેનો નાનકડો ઉપોદ્દાત મહાન-દેશમન્ન અને હિંદી અને દેહી બાપાના સમગ્ર હિમાયતી મહાત્મા મોહનદાસ ગાંધીએ લખ્યો છે. લેખકની પ્રથમ દલીલ એ છે કે ઇંગ્રેજ બાપાના શિક્ષણ પાઠ્ય કેટલાંએ વર્ષો ગુમાવ્યા છતાં ઇંગ્રેજ જોવાનાર હિન્દુઓએ તો ઘણાજ મોટા ભાગ અડધા અશુદ્ધ ઇંગ્રેજ લખી વાંચી શકે છે. તો આવી પાઠ્ય અસરી બાપાજી ભણવા પાઠ્ય જાંદગીના ઘણા કામતી અને મોટા ભાગ ગામનો એ અડધા હાનિકારક છે. ખીજી દલીલ એ છે કે, આવી અડધા અપૂર્ણ રીતે શિક્ષાયથી બાપાદ્વારા નિર્વાજો અને પાઠશાળાઓમાં ગણિત, દ્વિતીકામ, ભૂગોળ, તત્ત્વજ્ઞાન, અર્થશાસ્ત્ર વગેરે શિક્ષણથી વિદ્યાર્થીઓના મગજ ઉપર વિના કારણ એક જ ગોળે પડે છે, અને શિક્ષણાત્તા વિષયોમાં રમ

લેવાને બદલે વિધાર્થિઓને પરીક્ષામાં સફળ નિવડવા માટે ગોખણપટ્ટીની નુકશાનકારક ટેવને વશ થવું પડે છે. આથી પરિણામે શરીર અને મગજ નિર્બળ અને નિસ્તેજ બની પ્રજાની પ્રતિભાશક્તિ અને સર્જક અને ઉત્પાદક શક્તિ પ્રતિદિન ક્ષીયુ થતી જાય છે. વળી પાશ્વરી ભાષાના હદ ઉપરાંતના મોહને લીધે આપણું દેશીપણું-સાંસ્કૃત્ય નાશ પામતું ચાલતું છે; આપણા આર્ય સંવત્સર અને તિથિને બદલે ખાનગી વ્યવહારમાં પણ ઇસ્વીસન અને તારીખનો ઉપયોગ થવા લાગ્યો છે; ઇંગ્રેજ બચેલાઓ ઘણી વાર પોતાની નોલપોલીઓ (ડાયરી) અને ખર્ચનો હિસાબ પણ ઇંગ્રેજી ભાષામાં લખવાનો રિવાજ રાખે છે; દરજી, જોડી, ઘોખી, હાનમ, અને એવા બીજા સામાન્ય ધંધાદારીઓ કે જેમનો રોજગાર મોટે ભાગે દેશીભાષા જાણનારાઓ સાથે જ ગુઝાયવો હોય છે તેઓ પણ પોતાની દુકાનો, ધંધા વગેરેનાં નામ ઇંગ્રેજી ભાષાનાં રાખે છે, અને પાટીયાં પણ ઘણીવાર તેજ ભાષાના અક્ષરોમાં ચીનરાખે છે; વાતચીતમાં ઇંગ્રેજી બચેલાઓ અર્થોઅર્થ શબ્દો પરભાષાના વાપરી “મારા ફાઇવરનો લેટર આપને પોસ્ટમાં મળ્યો હશે,” એવાં વર્લ્ડમંકર વાક્યો એક પછી એક બોલે જાય છે, અને ઇંગ્રેજી સામાન્ય નામો કે સંઘાવાચક શબ્દોને ગુજરાતી ભાષાના બહુ વચનના પ્રત્યેક લગાડી. “આ છુકસો (ચોપડીઓ) મારથી ઉપડતી નથી” એવા એવા વિચિત્ર શબ્દ પ્રયોગો કરે છે; ઇંગ્રેજી નદિ જાણનારને આ લોકો પોતાના વિચારો કે જ્ઞાનનો લાભ આવી ભાષા વાપરવાની ટેવ પડી જવાથી આપી શકતા નથી. લગભગ દોઢમો વર્ષ થઇ ગયાં ત્યારે હજુ આપણા દેશમાં સરેરાશ દર પચીસ સો માણસે માત્ર એકજ માણસને ઉપર કહ્યું તેવું ઇંગ્રેજી આપડે છે. આ રીતે જેતાં કેટલા અર્થજ્ઞ રૂબીઆ અર્થાય અને કેટલાં મેડાંએ ચાલ્યાં જાય ત્યારે આખા દિગ્દુસ્તાનની સામાન્ય ભાષા ઇંગ્રેજી થઇ શકે? ઇંગ્રેજીની પાછળ લેવાતા શ્રમનો મોંઘો ભાગ પણ જે દિગ્દીપ્તિ પાછળ લગાડવામાં આવે તો દેશની ઉન્નતિ આન તરિત રીતે થાય, એમ લેખકનું માનવું છે, અને તેજ વિચાર તઃજ દેશના ધણાક આજેનાનોનું વલણ વધતું જાય છે. અત્યંત શોકની વાત તો એ છે કે સરકૃત, શરસી, અરબી જેવી એશીયા ખંડની ભાષાઓ જે હાલમાં વપરાતી આપણી દેશી ભાષાઓની માતાશ્વ છે અને તેની દેશી ભાષાઓની મારકતજ ઉપર દેહી સંસ્કૃત, ફારસી વગેરે સહેલાઈથી શીખી શકાય તેવી છે, તે ભાષાઓ પણ ઇંગ્રેજી જેવી તદનજ પરભાષાની મારકત આપણને નિશાળો અને પાઠશાળાઓમાં શીખનારમાં આવે છે. આ ઘણીજ અવિચારી અને અધટલી પ્રથા છે, જે સત્તર બંધ પડવી જોઈએ. “માનસિક છવન”માં મી. હંમરહને રજુ કરેલી નીચેની પાંચ સમજ દલીલો ઠી. મહેતા ટાંકી બતાવે છે:-

(૧) વ્યારેપણ એક પરભાષાનું જ્ઞાન સંપૂર્ણ રીતે પ્રાપ્ત કરવામાં આવે છે, ત્યારે કુટુંબમાં વિચિત્ર પરિસ્થિતિ ઉત્પન્ન થાય છે. એટલે કે, તેવી વ્યક્તિ એ કાંતો (તે પરભાષા જેની માતૃભાષા હોય તેવી) પરદેશી વ્યક્તિ સાથે લગ્ન કર્યું હોય છે, અગર તો તે વ્યક્તિનાં માતૃપિતા જુદી જુદી બતિ-દેરાનાં હોય તે એક પ્રકારે વર્લ્ડમંકર હોય છે.

(૨) વ્યારેપણ કોઇ પરભાષામાં સંપૂર્ણ મારગપણ મેળવવામાં આવ્યું હોય છે (જ્ઞાને તેવા કેટલાક દાખલા બનેલા છે) ત્યારે પોતાની માતૃભાષાના જ્ઞાનમાં લગભગ હમેશાં કેટલીક ખામી આવ્યા વગર રહેતીજ નથી, અને

એક શાસ્ત્રી તરિકે પણ સારી રીતે જાણીતા છે. તેમના કાર્યમાં અને તેમને ઉત્તરોત્તર સફળતા મળે એમ ધૃષ્ટીએ છીએ.

કચ્છી જૈન મિત્ર—આ નામના માસિકનો પહેલો ખીજો અંક અમને એ માસિકના વ્યવસ્થાપક રા. રા. જોહાભાઈ દેવજી નાગરા શ્રી કચ્છી જૈન મિત્ર એકિસ કાથા બન્નર પોષ્ટ નંબર ૩ એમના તરફથી મળ્યું છે. માસિકનું વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૩-૦-૦ છે. આ માસિકમાં ઉચ્ચ જાતના કામગીરી વાપરવામાં આવે છે. તેમજ તેમાં કેટલાંક ચિત્રો પણ મુકાય છે. વળી માસિકના લેખો પણ અકર્ષક છે. દયા સંબંધી લેખ અને ઘર જમાણી કદાણી એ લેખ ખાસ ધ્યાન ખેંચે છે.

ખાજ ખેડવાળા—આ નામના માસિકનો વર્ષ ૮ માનો અંક ૫ મો અમને મળ્યો છે. વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૧-૦-૦ છે.

શ્રી સર્વજ્ઞ મહાવીર જૈન પુસ્તક લેહારનો સંવત ૧૯૬૮થી સંવત ૧૯૭૨ મુધીનો વર્ષ ૫ નો હેવાલ—છપાવી પ્રકટ કરનાર કામદાર પોષ્ટ વનમાળી પ્રમુખ શ્રી જૈન લેહાર ધોરાજી. આ અહેવાલ અમે વાંચી જોયો. આ સંસ્થાએ પાંચ વર્ષમાં કરેલું કામ ઘણું સંતોષકારક છે. આપણા આર્થિકવર્તની જે તે સંસ્થાએ આજ પ્રમાણે કાગળ પૂર્વક કામ બજાવે તો દેશની ઉન્નતિ થયા વિના રહે નહિ.

મુખર્ષી અને માંગરોળ જૈન સલો રજત મહોત્સવ (Silver Jubilee). વિશેષાંક—અમને મળ્યો છે. છપાવી પ્રસિદ્ધ કરનાર શ્રી માંગરોળ જૈનસમાજના હુકમચી રા. રા. મકનજી જે. મહેતા. બી. એ. એલ એલ બી. જે. રીડર એટ-લૉ, ઝોનરરી સેક્રેટરી છે. આ સમાજે રિપોર્ટમાં જાત્રેલા વર્ગોમાં કરેલું કામ સંતોષકારક જણાય છે. તે માટે તેમને ધન્યવાદ ઘટે છે.

મરહુમ ઝવેરી છગનલાલ મગનલાલ હિંદુ અનાથ બાળકાશ્રમનો છઠો વાર્ષિક રિપોર્ટ—આ રિપોર્ટ વાંચી જોતાં એ સંસ્થાએ રિપોર્ટમાં જાત્રેલા વર્ષમાં સંતોષકારક કામ કર્યું છે. આપણા દેશમાં લુપ્તગણથી માખાપ વગરનાં સંખ્યાબંધ બાળકો મરણ ને શરણ થાય છે કિંવા પરધર્મમાં વટલાઈ જાય છે. આવી સંસ્થાઓની દેશમાં ખાસ જરૂર છે. આવા પારમાર્થિક કાર્યને માટે એ સંસ્થાને અમે ધન્યવાદ આપીએ છીએ.

રા. રા. બહેલાલ ગુપ્ત મેનેજર શ્રી ધન્વન્તરી ઔપધાસય નંબર ૩ પોષ્ટ વિજયગઢ હાલ અક્ષીગઢ એમના તરફથી નીચે લખેલાં પુસ્તકો અમને અવલોકન અને અભિપ્રાય મળ્યાં છે.

૧ કાપાદર્શ અર્થાત્ કાપરોગ ચાર ઉસડી ચિકિત્સા લેખક પંડિત હરિશંકર રામી વૈદરાજ સંપાદક રાધાવત્સલ વૈદરાજ સંપાદક આરોગ્ય સિંધુ. કિમ્બન ૩. ૦-૧૦-૦.

૨ વેદોમે વૈદક જ્ઞાન લેખક રાધાવત્સલ વૈદરાજ મૂલ્ય. રૂ. ૦-૩-૦.

૩ દોષવિગ્નાન લેખક વૈદરાજ બાલુ રાધાવત્સલ મૂલ્ય રૂ. ૦-૨-૦

૪ પ્રાકૃત જનર લેખક શ્રીયુત્ રાધાવત્સલ વૈદરાજ પ્રકાશક જગન્નાથપ્રસાદ ગુપ્ત મૂલ્ય રૂ. ૦-૩-૦

૫ તિકી લેખક વૈદરાજ રાધાવત્સલ સંપાદક આરોગ્યસિંધુ મૂલ્ય રૂ. ૦-૩-૦

૬ શરીરરચના (અરિધયો) લેખક દવિરાજ, દેમરાજ વૈદ વિશારદ મિયસ એમ. એ. એમ. પ્રકાશક રાધાવત્સલ વૈદરાજ સંપાદક આરોગ્યસિંધુ મૂલ્ય રૂ. ૦-૨-૦

૭ ઝોજ કયા હે લેખક દવિગજ નરેન્દ્રનાથ મિત્ર લાહોર પ્રમશક પાંદેલાલ ગુપ્ત મેનેજર આરોગ્ય મિથુ વિગ્નયગટ મૂલ્ય રૂ. ૦-૧-૦.

૮ મળી-મુખી આર્થ ચિકિત્સા લેખક રાધા વટસભ વૈદરાજ મૂલ્ય રૂ. ૦-૩-૦.
એ રીતે આઠ પુસ્તકો હિંદીભાષામાં આપુંદે અયોના આધાર સાથે લખેલાં છે. આપુંદેના અયોના આધારે આર્થ લધુ પુસ્તકો લખાય તો જે તે વિષયના છતાંસુએ તેનાં પુસ્તકો જુજ કિમ્મતમાં મેળવી શકે. આ પુસ્તકો સારા અતુભવીને કેળવણીના વૈદરાજના હાથથી લખાયલાં છે, અને તેમાં તે વિષયનું સાઈ વિવેચન કરેલું છે તે જોઈ આનંદ થાય છે.

અંદ્રચૂડ—એ નામની જૈન શાસનની સાતમા વર્ષની ભેટ પ્રસિદ્ધ કરતા જૈનશાસન પત્રની ઝોશીય ભાવનગર ઝોમના તરફથી અમને મળી છે. આ પુસ્તકનો મરાઠી ઉપરથી અતુવાદ કરનાર અંદ્રશંકર કચ્છણશંકર દિવેદી ભાવનગર કિમ્મત રૂ. ૧-૦-૦ રાખી છે. એકજ નાતિ અને એકજ વ્યવહાર અને ભોજનાદિ કાર્યો હળીમળીને કરતા છતાં દેશ-કાળ પરત્વે રહિને વળગી રહી કન્યાની આપણે થઈ શકતી નથી. અને અનેક કુટુંબ નિવંશ થાય છે. એ મળવે આ નોવેલ છે. અંદ્રચૂડ અને તારા એકજ જાનના આહવા છતાં દેશરથ અને કોઠણરથ એવા ભેગને લીધે તેમનું જગન ન થઈ શક્યાથી અંદ્રચૂડનો વિષય તારાના વિયોગથી થયો છે તેનું અમરકારક વર્ણન છે.

જ્યોતિષવિદ્યા તેની પુલોવીલ તપાસનું પુસ્તક:—લખનાર અરેશર નસરવાનજી ખીલાભેરીયા હુન્સી કુધ નવસારી ઝોમના તરફથી અમને અભિપ્રાય માટે મળ્યું છે. આ વિદ્યા સંબંધે લખાણથી અભિપ્રાય આપવાની ખામ જરૂર છે કારણ કે તેનો વૈદ્યવિદ્યા સાથે ઘણો નિકટનો સંબંધ છે કેમકે દરેક વનસ્પતિ જુદા જુદા ગુણો ધરાવે છે. તેનું કારણ શું છે અને રોગી ઉપર દવાઓ કેમ અસર કરતી નથી એ જાણવાની ફરજ વૈદ્યક ધર્મે કરનારની છે. જ્યોતિષવિદ્યાની સત્યતા માનવામાં ઘણા લોકો આનાકાની કરે છે અને કહે છે કે લાખો ને કરોડો ગાંઠે હુર રહેલા અંકો મનુષ્ય જાન અને વનસ્પતિના ઉપર કેવી રીતે અસર કરી શકે? તેમજ જોશી લોકો કહે છે તે હકીકત કેમ સાચી પડતી નથી? આકાશમાં રહેલા સૂર્ય ચંદ્ર અને જાગ્ર અહોનો આ પૃથ્વી, વનસ્પતિ, અને પ્રાણી પદાર્થો સાથે નિકટનો સંબંધ છે. અને અહોની સંપૂર્ણ અસર પણ આ વિશ્વના પ્રાણી પદાર્થ ઉપર થાય છે એ વાત આ અંકકારે પાશ્ચાત્ય દેશના સમર્થ વિદ્વાનો અને જ્યોતિષ વિદ્યાના નિષ્ણાત (એક્સપર્ટ) માણુગોથી સાબીત કરેલી છે. ગતિથી મુન્દરીઓ (વાઇબ્રેશન્સ), અવાજ અને રંગ ઉત્પન્ન થાય છે અને તેની અસર આપણા ઉપર થાય છે. દાખલા તરિકે રેલને લાઇન નજીક આવેલાં ઘરોવાળાને આટલો તો અતુનર હોય છે કે એક ટ્રેન પસાર થતી વખતે આપણું મહાન મુંઝ રહે છે, અને તેની અસર તેમને જણાયા વિના રહેતી નથી. તો ખગોળવિદ્યા પ્રમાણે આપણી પૃથ્વીથી સૂર્ય ૯,૩૦,૦૦,૦૦૦ માઇલ દુર ગણાય છે. છતાં પણ પૃથ્વી પરના એક પથરના ટુકડાને તેના મિતર સુડી તપાવવાની તેનામાં શક્તિ છે. એટલે તે એકસ જાતના વાઇબ્રેશન્સને તામે થાય છે. એક કંઠોર જાનનું વગાડનામાં જાનનું વાજીં આપણા શરીરમાં મુન્દરીઓ પેન કરે છે. તે કમકમાટીની લાગણી ઉત્પન્ન કરે છે. માણુસના શરીરમાં લોહીની ગતિ ચાલુ છે છતાં તેનો અવાજ આપણે સાદા કાનથી સાંભળી શકતા નથી પણ ટેલીસ્કોપથી સાંભળી શકીએ છીએ. ત્યારે હજારે માઇલ દુર રહેવા સૂર્ય ચંદ્રાદિ અહોની ગતિથી થતાં વાઇબ્રેશન્સ (મુન્દરીઓ) તો અવાજ આપણે સાંભળી

નહીજ શકાય એ કુદરતી છે. જગતમાં આવી રહેલાં ગંભીર વાઙ્મિતન્ત્રથી થતા અના-
જને ધર્મનાં પુસ્તકોમાં અનેક નામે હેઠળ ઓળખવામાં આવ્યો છે. નામીયો દરિ શેકસ-
પીયર તેને ફિરસ્તાના ગાયનની ઉપમા આપે છે. “જો આકાશનો તકતો કેવા સોનેરી
પતરાંઓથી ઘટ્ટ રીતે મટી કાઢેલો છે. નાનામાં નાનો ચંદ્ર જે વું જુએ છે તે પણ એવો
નથી કે જે પોતાની ગતિમાં એક ફિરસ્તાની માફક ગાનો ન હોય અને નાની આંખોવાળા
ફિરસ્તાઓનાં ગાયનની સાથે સુરમેળ કરતો ન હોય. આવું ગાયન અમર જીવેલાં પણ
છે. પણ જ્યાં સુધી આ મોટીનું નાશવંત શરીર તેને મજબુત રીતે ઘેરી રાખે છે, ત્યાં સુધી
સુધી આપણે તે સાંભળી શકતા નથી ” (મરગન્ટ ઓફ વેનીસ) “રેલવે ટ્રેન દગ્તાં દટ્ટી,
ન રકાય એટલું બધું અસંખ્ય બગ ધરાવનાર સંખ્યાબંધ ગ્રહોની ગતિથી થતાં વાઙ્મિત-
ન્ત્રની ઘોડી કે ધણી અસર આપણી આસપાસના વાતાવરણમાંથી ગેમાલુમ રીતે પણ
આપણને થતીજ જોઈએ એમ માનવું વિદ્યાનાં સિદ્ધાંતોથી ઉલટું કેમ ગણાય ? માણસની
જીંદગીનો આધાર સૂર્ય અને ચંદ્ર ઉપર ધણે ભાગે છે એમ ખગોળવેત્તાઓ અને શારીરશા-
સ્ત્રીઓ કહ્યું કરે છે. સૂર્ય તમામ જીવનશક્તિનું મૂળ છે. રીયર્ડેન્ ઓન્ પ્રોક્ટર જે એ-
નામીયો ખગોળશાસ્ત્રી ગણાય છે. તે કહે છે કે:—

“ The heavenly bodies do rule the fates of men and nations
in the most unmistakable manner, seeing that without the con-
trolling and beneficent influences of the chief among those orbs-
the sun-every living creature on the earth must perish.” (Our
Place among Infinities p. 313.)

“ ગ્રહોમાં મુખ્ય સૂર્યની કાજૂ ધરાવનારી અને બની અસરો વગર દુન્યાની તમામ
જનદાર પેનશ મરણ પામતી જોઈએ. એ હકીકત જોતાં પુરનાર થાય છે કે આકાશી ગ્રહો
માણસો અને પ્રાણીઓની સરજત ઉપર ધણી અચૂક અસર કરે છે. ”

જ્યોતિષ વિદ્યાની ખાતી માટે જ્યોતિષ વિદ્યાનો નીચલો કાયદો જે નામીયા ગ્રીક
જોશી ટોલેમીએ ઝાહેર કીધેલો છે તે અજ્ઞાતી જોવાથી તેની સચ્ચાઈ માટે ખાત્રી થશે.

“ Pierce not with iron that part of the body which may be
governed by the sign actually occupied by the moon ”

Ptolemy's Tetrabiblos p. 236.

“ ચંદ્રમા જે રાશીમાં હોય તે રાશી શરીરના જે ભાગ સાથે સંબંધ ધરાવતી હોય
તે ભાગ ઉપર તે દિવસે કોઈ પણ જાતનું લોખંડું હથીયાર મોઢવું નહિ. ”

પ્રેક્ટિસર બાલ્ફર સ્ટુઅર્ટનું નામ વાચકોને અજાણ્યું નહિ હોય. એ વિદ્વાનના નીચે-
ના શબ્દો ધ્યાનમાં રાખવા યોગ્ય છે:—

“ The earth is very seriously affected by what takes
place in the sun. ” “ સૂર્ય ઉપર જે કંઈ બને છે તેથી પૃથ્વી ઉપર ઘણી ગંભીર
અમર થાય છે. ”

જોગતને લાગતી વિદ્યાનાં મળતવોથી જોડો વાકેફગાર દરો, તેઓ જાનના દનો કે
જુદાં જુદાં એમણીને જુદાં જુદાં રાક્ષાપત્ર તત્ત્વોની મેળવણી છે. ચોક્કમ જાણીશ ચોક્કમ
સુલોમાંજ ધીમ છે, અને ખીલ સુલોમાં તે મળતાં નથી તેનો સૂચન હાલની વિદ્યા

ગમે તે આપે. પુરાનન જગનામાં ચોક્કસ એકો માટે જુદી જુદી ધાતુઓ અને જુદાં જુદાં નમો મુકરર થયેલાં છે. અને તે ધાતુઓ કે નમોને ઉત્પત્તિ કરવામાં તે એકની અસર મુખ્ય માર્ગનુસર ગણાય છે. દાખલા તરીકે મોતી ચંદ્ર મારેતું નમ ગણાય છે અને એવું માનવામાં આવે છે કે જે જગાએ ઉપર ગંઢનાં તલન ઉત્તમ (perpendicular) ફિરજો પડે છે તે જગાએ મોતીની પેદાશ થાય છે. મંગળનું નમ પરવાલુ ગણાય છે. અને જે જગાએ મંગળનાં ઉત્તમ ફિરજો પડે છે તે જગાએ પરવાળાની ઉત્પત્તિ થતી દેખાય છે.

પૃથ્વીથી ચંદ્ર દૂર હોવા છતાં પૃથ્વી પરના ગળવર મહાઆગરોનાં લેખાં જળને તે " મરુત પામેશો ચંદ્ર " એ દરેગજ ધુનવી ચક્રનો હોય તો પત્રી જે વાતાવરણમાં તે તરેતો રહે છે, જેની માથે તે લગભગ નેડાયલો છે, તે હવાની ભરતી ઓટ, તેમાં થતા ફેરફાર, ઉગળા, તોફાન કે સ્થિરતા સાથે તેને, ચંદ્રને કે બીજાં એકને કશું લાગતું વળગતું ન હોય એમ માનવું વિવેક બર્ણુ કે સાદી સમજને અનુસરતું કેમ ગણાય ? તે હવામાં અને તે હવાની માદ્યસ્તે તમામ જગના જે રમાયણ ક્રિયા આવી રહી છે, તે ક્રિયામાં એ મધ્યમા મરુતને સ્થિતિ કે આકર્ષણ મળ્યું છે, એ વાત કેવી રીતે ના ખાડી શકાય ?

જેઓએ દેશી વૈદકનો અગ્રમામ હર્ષો હોય તેઓ જાણતા હશે કે વિદ્યામાં ચોક્કસ રોગોના હાવાય તરિકે ચોક્કસ વનસ્પતિ કે મૂળીયાં લાવવા માટે ચોક્કસ મહિના, વાર, નક્ષત્ર, વખત વગેરે ખાસ મુકરર કરેલાં હોય છે. વળી કેટલાંક ઝોડોનાં મૂળીયાં તે ઝોડોની ચોક્કસ નિશાંએથીજ ખોદી લાવવાને ફરમાવવામાં આવ્યું છે. આ સૂચનાઓ પહેલી નજરે " બેળાં હોડોને ઠગવાની વિદ્યા " ગણાય, તેમાં કશો શક નથી. આવી સૂચનાઓ દેખીતીજ ખૂબ વિચિત્ર લાગે છે, અને જ્યાં સુધી બૌદ્ધનિપવિદ્યાના તેમજ ખેતીને લાગની વિદ્યાના કેટલાક અનુભવસિદ્ધ નિયમો આપણે જાણતા પામીએ નહિ; ત્યાંસુધી એ નિયમો અરિષ્ટાન્ત્ર મેદાં અને ઠગાઇ બધાં લાગે તેમા કંઈ નરાઈ નથી. કિંદી પગાઓ અને હર્ષો, જે વૃક્ષીકાર અમલદારી કામો કરી બતાવે છે, તેની કાર્યશક્તિ માટે રચવામાં આવેલા જુદા નિયમો જેઓ જાણના નથી, તેઓ એ વિદ્યાના અમલદારો નજરે નેરા છતાં પણ તેને વૃક્ષીકાર " ઠગાઇ " નામ વર્ગમાં મુકે છે. કારણ તે અમલદારો કદા કાપવાઓને આપારે થાય છે, તે તેઓ મગજ શક્તિ નથી, અને તેથી પોતાના મનની ખામીનો દોષ તે વિદ્યાનેજ લાગુ પડે છે !

ફલાઓમાં ઝગ ચોક્કસ વખતે જોર પર આવે છે. જુજગતમાં ખેતરોની આસપાસ ફરવામાં આવતી ખાવળના કાંડોની વાડ ને અજવાળિયા પક્ષમા કરવામાં આવે તો તે વહેલી મડી જાય છે; અધારીયાં પક્ષમાં તેમ જાનતું નથી. વળી ચોક્કસ ઝોડોનાં રમ ચોક્કસ વખતે ઉપર ચડે છે અને ઝોડો જોર પર હોય છે. બ્યારે બીજાંઓ તે વખતે નિર્મળ હાવતમાં હોય છે, આ તેમની જિદ્દિ સ્થિતિ થયેલી હોય છે. ઝોડોની જુદીઓ રોપવાનાં કામો માટે અતુલવી ખેડુનો ચંદ્રમા ઉપર હમેશ આધાર રાખે છે. રાશ્ટ્રધેસ પણ તે મતને ટેકો આપે છે. અરપાનો ઉપર ચંદ્રમા ધારવામાં આવે છે તે કરતાં ઘણી વધારે અસર કરે છે તેમાં કંઈ શક નથી. ઝાડપાનોનાં જુલુ દોળોનાં મોટા આધાર ચંદ્રમા ઉપર છે અને તેટલાજ માટે નેક વનસ્પતિ એકી કરની વખતે જે ચક્રને લગનાં ઝાડપનો હોય તે ચક્ર ચંદ્ર સાથે મારી રીતે ચોક્કસપણે હોવો જોઈએ એવો કાનૂન હરતી ધરાવે છે. નીચે જતાનેજ

• વૈદકનો ધંધો કરતાર ધણી લોગને મુજે જે સામલ્યું છે કે દાહવા વનસ્પતિમાંથી રસ કસ મળે છે તેથી વનસ્પતિ રોગો ઉપર અસર કરતી નથી. પરંતુ દીવશીની વાતો તો એ છે કે વૈદકનો ધંધો કરતાર વનસ્પતિના જુલુદોષનું અને તેની સાથે આપણા નવે એકોનો દોષ

Again, Dr. Joel Shew, in his *Family Physician*, pp. 717-18, says of this condition.—

“That the living body becomes at times, in consequence of long continued intemperance in the use of alcoholic drinks, liable to combustion, easily excited and spontaneous, is abundantly proved. The condition, however, is a rare one. Some doubt the facts, but, as a French writer has observed, ‘it is not more surprising to meet with such incineration than a discharge of saccharine urine or an appearance of the bones softened to a state of jelly.’

“This condition of the system will appear more remarkable when it is remembered that in all other states, whether of health or disease, the body is with difficulty consumed by fire, even at a high temperature.....

“This phenomenon seems to have taken place for the most part in the night time, and when the sufferer has been alone. It has usually been discovered either by the fetid, penetrating scent of sooty films, which, as we are told, have spread to a considerable distance, or by the blue flame that hovers over the body; or the unnatural heat, which, however, is not very great. The patient in all cases has likewise been found either dead or so far consumed that life appeared to be extinct; and in no instance has recovery been known to take place after the appearance of this most singular of all pathological states.”

There is practically no belief in spontaneous combustion in these days, but it is admitted that in certain cases the body may acquire preternatural combustibility. This is founded on the assumed fact that much of the body has been found consumed while surrounding objects are not much consumed. In nearly all well-authenticated cases there has been some source of fire near, probably setting the clothes on fire, usually when the sufferer was habitually drunk and so could not help himself.

It is of interest to note, in this connection, that a case in which such phenomena occurred after death recently came under our own observation. The patient was a child who had died of acute indigestion caused by eating a large quantity of chestnuts without properly masticating them. After a day spent in the

chestnut grove the child returned home, and about three o'clock in the morning died in terrible convulsions. As this occurred in the country, the neighbours volunteered to prepare the body for burial, and it was while the work of making the shroud was in progress that it was discovered that the entire body was, to all appearances, on fire. The glow extended from the head to the feet, and could not be extinguished, although it finally died out, disappearing altogether. While the heat from the bluish flames that enveloped the body was quite perceptible, it was not sufficient to burn the body or even set the bed on fire; and yet, when the corpse was removed from the sheet on which it had been placed, it was found that the latter was scorched in such a manner that the outlines of the human figure could be plainly distinguished. In this case, it will be noted, alcohol played no part in the production of the phenomenon, but there can be no doubt that the chemical changes were similar in character to the cases previously cited.

Although we have the names of all persons concerned in this case, and it has been thoroughly authenticated, the identity of the family is withheld by request.—Quoted from *Death: Its Causes and Phenomena*, by Hereward Carrington and John R. Meader ("Graham Hood.") pp. 126-28.

Experiments in Weighing the Soul.

Some time ago great interest was aroused by the publication of certain reports of experiments in weighing the soul—the body of a man being weighed just before and just after death—it being found that there was a considerable loss in weight just after the death of the patient, not accounted for by any of the known channels of loss. When these reports were published, the American Society for Psychical Research obtained all the original documents and correspondence concerning these tests, and printed them in full in the June, 1907, issue of its *Journal*. Anyone desiring the full and authentic account of these facts will find it

there. Dr. Duncan Mac Dougall also wrote a special article describing his experiments and from this we quote the following:—

"According to the latest conception of science, substance or space-occupying material is divisible into that which is gravitative—solids, liquids, gases, all having weight—and the ether which is non-gravitative. It seemed impossible to me that the soul substance could consist of ether. If the conception be true that ether is continuous and not to be conceived of as existing or capable of existing in separate masses, we have here the most solid ground for believing that the soul substance we are seeking is not ether, because one of the very first attributes of personal identity is the quality or condition of separateness. Nothing is more borne in upon consciousness, than that the you in you, and the me in me, the ego, is detached and separate from all things else—the non-ego.

"We are therefore driven back upon the assumption that the soul substance so necessary to the conception of continuing personal identity, after the death of this material body, must still be a form of gravitative matter, or perhaps a middle form of substance neither gravitative matter nor ether, not capable of being weighed, and yet not identical with ether. Since, however, the substance considered in our hypothesis must be linked organically with the body until death takes place, it appears to me more reasonable to think that it must be some form of gravitative matter, and therefore capable of being detected at death by weighing a human being in the act of death.

"The subjects experimented upon all gave their consent to the experiment weeks before the day of death. The experiments did not subject the patients to any additional suffering.

"My first subject was a man dying of tuberculosis. It seemed to me best to select a patient dying with a disease that produces great exhaustion, the death occurring with little or no muscular movement, because in such a case the beam could be kept more perfectly at balance and any loss occurring readily noted.

"The patient was under observation for three hours and forty minutes before death, lying on a bed arranged on a light

frame work built upon very delicately balanced platform beam scales. The patient's comfort was looked after in every way, although he was practically moribund when placed upon the bed. He lost weight slowly at the rate of one ounce per hour, due to evaporation of moisture in respiration and evaporation of sweat.

"During all three hours and forty minutes I kept the beam end slightly above balance near the upper limiting bar in order to make the test more decisive if it should come

"At the end of three hours and forty minutes he expired, and suddenly coincident with death the beam end dropped with an audible stroke, hitting against the lower limiting bar and remaining there with no rebound. The loss was ascertained to be three-fourths of an ounce.

"This loss of weight could not be due to evaporation of respiratory moisture and sweat, because that had already been determined to go on, in his case, at the rate of one sixtieth of an ounce per minute, whereas this loss was sudden and large, three-fourths of an ounce in a few seconds.

"The bowels did not move, if they had moved, the weight would still have remained upon the bed except for a slow loss by the evaporation of moisture depending, of course, upon the fluidity of the fæces. The bladder evacuated one or two drachms of urine. This remained upon the bed, and could only have influenced the weight by slow gradual evaporation, and therefore in no way could account for the sudden loss.

"There remained but one more channel of loss to explore, the expiration of all but the residual air in the lungs. Getting upon the bed myself, my colleague put the beam at actual balance. Inspiration and expiration of air as forcibly as possible by me had no effect upon the beam. My colleague got upon the bed, and I placed the beam at balance. Forcible inspiration and expiration of air on his part had no effect. In his case we certainly have an inexplicable loss of weight of three-fourths of an ounce. Is it the soul substance? How else shall we explain it?

"My second patient was a man moribund from consumption. He was on the bed about four hours and fifteen minutes under observation before death. The first four hours he lost weight at the rate of three-fourths of an ounce per hour. He had much slower respiration than the first case, which accounted for the difference in loss of weight from evaporation and respiratory moisture.

"The last fifteen minutes he had ceased to breathe, but his facial muscles still moved convulsively, and then, coinciding with the last movement of the facial muscle, the beam dropped. The weight lost was found to be half-an-ounce. Then my colleague auscultated the heart and found it stopped. I tried again, and the loss was one ounce and a half and fifty grains. In the eighteen minutes that elapsed between the time he ceased breathing and until we were certain of death, there was a weight loss of one and one-half ounces and fifty grains, compared with a loss of three ounces during a period of four hours, during which time the ordinary channels of loss were at work. No bowel movement took place. The bladder moved, but the urine remained upon the bed, and could not have evaporated enough through the thick bed clothing to have influenced the result.

"The beam at the end of eighteen minutes of doubt was placed again with the end in slight contact with the upper bar and watched for forty minutes, but no further loss took place.

"My scales were sensitive to two-tenths of an ounce. If placed at balance, one-tenth of an ounce would lift the beam up close to the upper limiting bar, another one-tenth ounce would bring it up and keep it in direct contact, then if the two-tenths were removed the beam would drop to the lower bar and then slowly oscillate till balance was reached again.

"This patient was of a totally different temperament from the first; his death was very gradual, so that we had great doubt from the ordinary evidence to say just what moment he died.

"My third case, a man dying of tuberculosis, showed a weight of half-an-ounce lost, coincident with death, and an additional loss of one ounce a few minutes later.

"In the fourth case, a woman dying of diabetic coma, unfortunately our scales were not finely adjusted, and there was a good deal of interference by people opposed to our work, and although at death the beam sunk so that it required from three-eighths to one-half ounce to bring it back to the point preceding death, yet I regard this test as of no value.

"With my fifth case, a man dying of tuberculosis, showed a distinct drop in the beam requiring about three-eighths of an ounce which could not be accounted for. This occurred exactly simultaneously with death, but peculiarly, on bringing the beam up again with weights and later removing them, the beam did not sink back to stay back for fully fifteen minutes. It was impossible to account for the three-eighths of an ounce drop, it was so sudden and distinct, the beam hitting the lower bar with as great a noise as in the first case. Our scales in this case were very sensitively balanced.

"My sixth and last case was not a fair test. The patient died almost within five minutes after being placed upon the bed, and died while I was adjusting the beam.

"The net result of the experiments conducted on human beings is that a loss of substance occurs at death not accounted for by known channels of loss. Is it the soul substance? It would seem to me to be so. According to our hypothesis such a substance is necessary to the assumption of continuing or persisting personality after bodily death, and there we have experimental demonstration that a substance capable of being weighed does leave the human body at death.

"If this substance is a counterpart of the physical body, has the same bulk, occupies the same dimensions in space, then it is a very much lighter substance than the atmosphere surrounding our earth, which weighs about one and one-fourths ounces per cubic foot. This would be a fact of great significance, as such a body would readily ascend in our atmosphere. The absence of a weighable mass leaving the body at death would of course be no argument against continuing personality, for a space-occupying body or substance might exist not capable of being weighed, such as the ether.

“It has been suggested that the ether might be that substance, but with the modern conception of science that the ether is the primary form of all substance, that all other forms of matter are merely differentiations of the ether having varying densities, then it seems to me that soul substance, which in this life must be linked organically with the body, cannot be identical with the ether. Moreover, the ether is supposed to be non-discontinuous, a continuous whole and incapable of existing in separate masses as ether, whereas the one prime requisite for a continuing personality or individuality is the quality of separateness, the ego as separate and distinct from all things else, the non-ego.

“In the year 1854 Rudolph Wagner, the physiologist, at the Göttingen Congress of Physiologists, proposed a discussion of a ‘Special Soul Substance.’ The challenge was accepted, but no discussion followed, and among the five hundred voices present not one was raised in defence of a spiritualistic philosophy. Have we found Wagner’s soul substance?”


At the time these experiments were published, Mr. Hereward Carrington issued the following criticism, which appeared in the same issue of the *Journal* —

“.....Taking the experiments, then, as Dr. Mac Dougall has described them, the question arises: Granting that the facts exist as stated, would these results prove the contention that the observed loss of weight was due to the exit from the body of some hypothetical soul substance, or may the facts (granting them to exist as stated) be explained in some such manner as to render Dr. Mac Dougall’s hypothesis unnecessary?”

“I must say that Dr. Mac Dougall seems to have provided pretty thoroughly against all normal losses of weight. His papers (which I have had the privilege of reading) indicate this clearly. The only channel that need be taken seriously into account is the lungs; *i.e.* the loss of weight due to expired air. It therefore becomes a question of the amount of air the lungs may contain, and its consequent weight—granting, for the sake of argument, that every particle of air is forced out of the lungs at death. A cubic foot of air, at the ordinary temperature and at sea-level.

weighs about $1\frac{1}{4}$ ounces, we are told—a statement that is confirmed by the *Encyclopædia Britannica* and other authorities. In the cubic foot there are 1728 cubic inches. Now, we know that the average capacity of the lungs of a healthy human being is about 225 to 250 cubic inches (Kirke, *Physiology*, p. 262); but let us say 300 cubic inches, to be on the safe side. This is as nearly as possible, one-sixth ounce, granting that all the air is expired at death—for which we had no evidence—and that the lungs contained as much as 300 cubic inches of air. This is also a practical impossibility, in such cases as those quoted for the reason that this represent the state of healthy lungs at the moment of the fullest inspiration. The majority of persons, however, could not in hale 200 cubic inches (the twelfth of an ounce), while consumptive patients, dying, and in the last stage of the disease, would not contain within their lungs anythings like 100 cubic inches—the eighteenth of an ounce. When, therefore, Dr. MacDaugall tell us that more than a whole ounce is lost instantanious, at the moment of death, we must seek elsewhere than in this direction for the explanation of the facts."

Dr. MacDaugall's experiments are at all events highly interesting and important—whether they prove the contention made or not—and should be repeated by physicians and physiologists whenever the opportunity is presented. Certainly experiments of this nature, whether successful or not, would fail to settle the question of immortality in any case—for the reason that, if negative results were reached, it would be open for us to believe that their might be a soul which is incapable of being weighed; and if positive results were reached, it might, on the other hand, be contended that the observed loss of weight corresponded merely with some vital or etheric principle which left the body at death, and which was in no way related to consciousness or personal identity. The experiments therefore, cannot be said to settle the question; but they remain highly interesting nevertheless.



ब्रह्मचर्यका अभाव ।

“रस बिना कविता वृथा है”—ठीक है यह बात ।

पर किसे भीषण कथा रस-पूर्ण होगी ज्ञात ॥

ब्रह्मचर्य—व्रत बिना है जो हमारा हाल ।

मित्र ! उसका चित्र-दर्शन है बड़ा विफराल ॥ १ ॥

बढरहे अब क्यों निरन्तर नित्य नूतन रोग ।

क्यों न होते पूर्व के से शक्तिशाली लोग ॥

सर्वथा अल्पायु होकर घट रहे क्यों आर्य्य ।

पूर्वजों के तूल्य क्यों होते न हमसे कार्य्य ॥ २ ॥

एक उत्तर है यहांपर—ब्रह्मचर्याऽभाव ।

कर रहा घुसकर यही घर घर भयंकर घाव ॥

वीर्य्य बलका मूल है संसार में जो सार ।

ब्रह्मचर्याश्रम बिना उसका कहां आधार ॥ ३ ॥

ब्रह्मचर्याभाव है जब वीर्य्य का क्या काम ।

वीर्य्य जब तन में नहीं बलका कहां फिर नाम ॥

बल नहीं जब देह में हों क्यों न नाना रोग ।

रोग युक्त शरीर कबतक भोग सक्ता भोग ॥ ४ ॥

वीर्य्य दैहिक शक्ति का ही है नहीं आगार ।

मानसिक बल बुद्धिका भी है यही आधार ॥

कुल विचार किया जहां मस्तक हुआ खविकार ।

इस दशा में किस तरह हो ज्ञान का विस्तार ॥ ५ ॥

एक वे हैं कर रहे जो अदभुताविष्कार ।

एक हम हैं खोल बैठे मूर्खता का द्वार ॥

वीर्य्य बल सम्पन्न हैं वे हम विषम आशक्त ।

भेद हम में और उनमें हो न क्यों फिर व्यक्त ॥ ६ ॥

वीर्य्य से ही धीरता को धार सकते धीर ।

वीर्य्य से ही वीरता को प्राप्त होवे वीर ॥

वीर्य्य से ही भीष्ममें थी आत्म-शक्ति असीम ।

वीर्य्य से ही हाथियों को फेंकते थे भीम ॥ ७ ॥

पुत्र ने मां का अभी छोटा नहीं पय-पान ।

पौत्र-दर्शन की हमें इच्छा हुई बलवान ॥

स्वल्पवय में ही तनय का कर दिया वस व्याह ।

आह ! इस चातसल्प की भी है भला कुछ धाह ॥ ८ ॥

वीर्य-रक्षा का जिन्हें मिलता न अवसर हाथ ।

क्यों न वे अल्पायु होकर नष्ट हो निरुपाय ॥

प्राण से प्यारे सुतों का भूलकर परिणाम ।

कर रहे मातापिता ही शत्रुओं का काम ॥ ९ ॥

वीर्य की परिपुष्टता से हैं स्वयं जो हीन ।

क्यों न हो सन्तान उनकी क्षीण और मलीन ॥

कर कभी सकते न अंकुर बीज-गुण विच्छेद ।

ईश-नियमों में कभी होता न विनिमय भेद ॥ १० ॥

हाथ ! मेधा-शक्ति अब देती नहीं है साथ ।

मस्त्रियां कैसे उड़े, उठते नहीं है हाथ ॥

पूर्ण यौवन कालही में हो गया कृश गाव ।

ब्रह्मचर्याभाव के हैं ये सभी उत्पात ॥ ११ ॥

पूर्वजों के बुद्धिबल की बात कहते आज ।

हाथ ! क्यों गिरती न हमपर लाजरूपी गाज ॥

आज भी जिनके अलौकिक कार्य हैं अविहीन ।

क्या वही पूर्वज हमारे थे हन्हीं से हीन ॥ १२ ॥

ब्रह्मचर्य-व्रत रहित फर शास्त्र-शीलन शुद्ध ।

था प्रथम होना कहा तो पुष्ट और-प्रबुद्ध ॥

हा ! कहा अब जन्मते ही ये विषय के साज ।

पतित होगा क्या ? हमारा और अविक समाज ॥ १३ ॥

मनुज में मनुजत्वका है चिह्न केवल शील ।

ब्रह्मचर्य विना हुई उस शील में भी ढील ॥

आत्म संयम हेतु है वस ब्रह्मचर्य प्रधान ।

ब्रह्मचर्य मनोदमन का है प्रथम सोपान ॥ १४ ॥

वीर्य रक्षा के बिना होते न अवयव पुष्ट ।

वृद्धि कैसे हो हमारी, क्यों न हों रुजःकण्ट ॥
 रोक सकती औषधें क्या यह अपार अनर्थ ।
 नष्ट मूल—महीरुहों को सींचना है व्यर्थ ॥१५॥
 नियम के प्रतिकूल जो करते गये हैं काम ।
 होगया है नाश उनका, मिट गया है नाम ॥
 यदि न चेतेंगे हमें भी क्यों न होगा दण्ड ।
 प्रकृति—शासन में दया का है अभाव अखण्ड ॥१६॥
 भाग्यपर करते वृथा हम रोष या सन्तोष ।
 समय के सिर थोपते हैं व्यर्थ ही सब दोष ॥
 कर्म—फल के भोग का गाता न कोई गीत ।
 समय क्या विपरीत है—बस हैं हमें ही विपरीत ॥१७॥
 हो उठे यदि फिर यहांपर ब्रह्मचर्य—स्फूर्ति ।
 तो हमारी हीनता की हो सहज ही पूर्ति ॥
 प्राप्त हो फिर से हमें वह बुद्धि और विवेक ।
 जन्म लें घर घर यहांपर धीरवीर अनेक ॥१८॥
 चीर्ण रक्षण जो हमें होगा न अब भी इष्ट ।
 तो हमारा नाम ही रह जायगा अवशिष्ट ॥
 दीखती सर्वत्र है बलवान की ही चाह
 लोक में निर्बल जनों का है नहीं निर्बाह ॥१९॥
 हा हरे ! हा हीनबन्धो ! हा विभो ! विश्वेश !
 कौन हर सकता हमारा तुम बिना यह क्लेश ॥
 दीजिये दृढ मति दयामय ! कीजिये मद—मुक्त ।
 हो सकें जिसमें पुन. हम पूर्व गौरव युक्त ॥२०॥

શરીર-રક્ષા ।

શરીર હી કે હિત કામ સારે । શરીર હી સે સુખ હૈ હમારે ॥
 આત્મા નહીં ધાર્ય વિના શરીર । જૈસે વિના પિંજર-વદ્ધ કીર ॥ ૧ ॥
 શરીર સે પુણ્ય પરોપકાર । શરીર હી હૈ ગુણ કો આગાર ॥
 શરીર હી હૈ સુરલોક-દ્વાર । શરીર હી સે સુવિચાર-સાર ॥ ૨ ॥
 શરીર હી સે પુરુષાર્થ ચાર । શરીર કી હૈ મહિમા અપાર ॥
 શરીર રક્ષા પર ધ્યાન લીજૈ । શરીર સેવા સન છોડ કીજે ॥ ૩ ॥

પં. મહાવીરપ્રસાદ ત્રિવેદી ।

સન્ધ્યા.

“ અહરહઃ સન્ધ્યામુપાસીત ” એટલે શું ? હરહઃ એટલે પ્રતિદિન અને ઉપાસીત નો અર્થ નિયમપૂર્વક સમીપમાં બેસવું. સન્ધ્યા એટલે સમ્યક્ પ્રકાર ધ્યાન, આખા મનનું તાત્પર્ય એ છે, કે હમેશાં સમ્યક્ પ્રકારે ધ્યાન કર્યા કરવું. હવે પ્રશ્ન એ થાય છે, કે કોનું ધ્યાન ધરવું ? ધ્યેય સિવાય ધ્યાન હોઈ શકે નહીં જેની રીતે દષ્ટિ પદાર્થ સિવાય પોતાનું કાર્ય કરી શકતી નથી તેવીજ રીતે ધ્યેય વિના ધ્યાન થઇ શકતું નથી. આ દારણીની ધ્યાનની વાત આવતાંની સાથેજ ધ્યેયનો વિચાર સ્વાભાવિક રીતે મનમાં ખડો થાય છે. ધ્યાનને પૂર્ણ કરનાર ધ્યેયજ છે. વસ્તુ સ્થિતિ આમ છતાં આ સ્થળે ધ્યેય અને ધ્યાનના અર્થમાં તફાવત નથી. ધ્યાન અને ધ્યાનનો વિષય જે ધ્યેય એ બન્નેની એકતા એજ ધ્યાનનો લક્ષ્યાર્થ છે. જેની રીતે કોઇ પરિચિત પુરુષ અથવા જાણીતી વસ્તુનું નામ લીધા વિના પણ એ સંબંધમાં વાત ખડી થતાંની સાથેજ એ જાણીતા પુરુષ વા વસ્તુ તરફ લક્ષ્ય એવાય છે તેવીજ રીતે આના સંબંધમાં પણ બને છે. સન્ધ્યા એ શબ્દના ઉચ્ચારણ સાથેજ પ્રથમના કોઇ પરિચિત ધ્યેય તરફ લક્ષ્ય પહોંચી જાય છે.

ધ્યાન એટલે શું ? બ્યારે ધ્યાનથી સાધ્ય એવું જે ધ્યેય અને ધ્યાન બન્ને એકજ અર્થનાં બોધક છે તો એ ધ્યાન શું છે તે જાણવાની જરૂર છે. ધ્યાન એ ચિત્તની સમગ્રી વૃત્તિઓનું સ્થિરીકરણ છે. ચિત્ત એકી સાથે અનેક પ્રકારના તરંગો ઉત્પન્ન કરે છે. એક ક્ષણ માનમાં અનેક પદાર્થોનું સ્મરણ કરાવે છે. અને ‘ આમ કરવું ’ ‘ તેમ કરવું ’ ઇત્યાદિ પ્રકારના અનેક સંકલ્પોની ઘોર આંધી મનોરાજ્યમાં ફેલાવી મૂકે છે. મનની આ ચંચલતાનો જે રીતે નાશ થઇ સ્થિરતા પ્રાપ્ત થાય તો ‘ નામજ ધ્યાન ’ છે.

એવો સર્વને જાણીતું હોતું ઘટે છે, કે એક ક્ષણ શાન્ત બની બેઠા કે કોણ જાણે કે-ટલાય વિચારો મન કરી નાખે છે ! આજ મનની મલીનતા છે. મલીન અંતઃકરણજ નરા જરામાં અનેક સંકલ્પો ઉઠાવી વ્યાકુળ થયાં કરે છે. જુદે જુદે ઠેકાણે-સટકતી મનની

વૃત્તિઓને દયાવી એકાગ્ર કરવી તેનું નામજ ધ્યાન છે. આમ મનની એકાગ્રતા એજ ધ્યાન છે તો પછી કયા વિષયને લક્ષ્ય બનાવી વૃત્તિ એક બનશે ? શું એ વિષયજ ધ્યેય છે ?

ખરેખર ! એમજ છે. એ લક્ષ્ય બનાવેલો વિષય તેજ ધ્યેય. મનની સામે અનેક બા-
બતા બડી કરવી અથવા તો અનેક બાબતોનું મનમાં સ્મરણ કરવું તેનું નામ વિલેષ છે,
અને કેવળ એકજ બાબત તરફ વૃત્તિઓને સ્થિર કરવી તેનું નામ ધ્યાન છે. જ્યારે આમ
છે ત્યારે વિચારનું જરૂરનું છે, કે તે એક બાબત કયી છે કે જેનું ધ્યાન ધરતાં ચિત્તમાં
સમતા પેદા થાય. તે એક બાબત અથવા પદાર્થની જાત શી છે તેમજ તેમાં કયા ધર્મો
રહેલા છે ? જુઓ, જ્યારે ચિત્ત વિષયોમાં મશગુલ હોય છે ત્યારે એકથી બીજા વિષય તરફ
દોરાય છે. લાંબો વખત કોઈ પણ એક વિષય પ્રતિ સ્થિર રહી શકતું નથી અને જ્યારે
તે કોઈ ખાસ વિષયમાં સંપૂર્ણ પછે મશગુલ બને છે ત્યારે તેના વિષય-ધર્મનો લોપ થઈ
જાય છે. હવે પ્રશ્ન એ થાય છે કે વિષય ધર્મ એટલે શું ? “વિવિણોતિ વિશેષણ
વજ્ઞાતિ” એવું છે તેનું નામ વિષય છે. કોણ બાંધે છે ? વિષયમાં
એવો કયો ધર્મ છે, કે જે બન્ધન કરે છે ? એક થોડીવારને માટે વિષય અને ઈન્દ્રિયનો
મેળાપ થતાંજ બિન્ન થનારા સુખનું જે સાધન તેજ આધાર છે. આથી સિદ્ધ થયું, કે
વિષય સુખ સાધન વડે ચિત્તને બાંધે છે. આ બન્ધનને આસક્તિ કહેવામાં આવે છે.
આ સધળાનું તાત્પર્ય એ નીકળ્યું, કે આસક્તિ ધર્મથી યુક્ત એવા ચિત્તને મદિ પણ
કોઈ ખાસ વિષયમાં લાંબા વખત સુધી સ્થિર કરી શકતું નથી. આ વાતનો અનુભવ સૌ
કોઈ કહી શકે છે.

આટલા માટેજ કહેવામાં આવ્યું છે, કે વિષય ધર્મનો લોપ થયા વગર કોઈ પદાર્થમાં
ચિત્તને એકાગ્ર કરી શકતું નથી. આથી સિદ્ધ થયું, કે વિષય આસક્તિનું મૂળ કારણ નથી;
પરંતુ વિષયનો કોઈ ખાસ ધર્મજ આસક્તિનું મૂળ કારણ છે. વિષયોમાં કોઈ એવો એક
ધર્મ છે. કે જેના વડે ચિત્ત વીજળીની માફક કોઈ એક વિષયના રસનું ઓસ્વાદન કરી
અન્ય વિષયના રસનો અનુભવ કરવા દોડી જાય છે. જુઓ, પ્રત્યેક પદાર્થને બે શરીર છે.
એક દૃશ્ય એટલે જોવામાં આવે છે તે અને બીજું અદૃશ્ય. જે દૃશ્ય અથવા ઇન્દ્રિયોથી જોઈ
શકાય તેનું છે તે બહારનું અથવા સ્પર્શ શરીર છે. જે અદૃશ્ય છે તે ઇન્દ્રિયોથી અજોયર છે
અને તેને અંદરનું અથવા સૂક્ષ્મ શરીર કહેવામાં આવે છે. દાખલા તરીકે આપણા શરીરના
હાથ, પગ વગેરે અવયવો ઇન્દ્રિયોથી જોઈ શકાય એવા છે; પણ મન, બુદ્ધિ, આદિ જોઈ
શકાતાં નથી. શું મન, બુદ્ધિ વગેરે કોઈના જોવામાં આવે છે ? સત્ય તો એ છે, કે તે
કોઈને દેખાતાં નથી પણ અનુભવાનથી તે છે એમ લાગે છે—અનુભવાય છે. જો મન, બુદ્ધિ
પ્રાણ ન હોય તો આ શરીર અને ઇન્દ્રિયોની કામ કરવાની શક્તિ પણ નાશજ પામે. પ્રાણ,
મન, અને બુદ્ધિ હમેશાં શક્તિ આપે છે ત્યારેજ આ શરીર કામ કરતું અથવા જીવતું જ-
ણાય છે. તે સિવાય તો તે કેવળ જડજ છે. પ્રાણ, મન, બુદ્ધિ સૂક્ષ્મ શરીર છે અને આ
બહારથી જણાતું શરીર તે સ્પર્શ શરીર છે. આટલા માટેજ ઇન્દ્રિયોને બહિઃકરણ અને મન,
બુદ્ધિ આદિને અંતઃકરણ કહેવામાં આવે છે. આ રીતે દરેક પદાર્થને બહારથી દેખાતું જેનું
શરીર છે તેનુંજ અંદર પ્રાણ મનના સ્થાનમાં બીજું એક સૂક્ષ્મ અથવા અંદરનું શરીર
આજ એ વિષયનું મૂળ છે. તમારી ઇન્દ્રિયોની માથે એ વિષયની આસક્તિથી જે પ્રત્યેક

‘દંદ્રિયોના રૂપ, રસ, ગંધ, રાગ, સ્પર્શ આદિ વિષયો ઉત્પન્ન થાય છે તેને ભૂલી જાયો તો ચિત્ત ઇન્દ્રિયોના કાર્યને ભૂલી જશે. આમ ભૂલી જવાની સાથેજ ચિત્ત સ્થિર બનશે અને સ્થિર બનીને જોશે કે, સધળા જીવોમાં—સઘળા ભૂતોમાં—જડ અને ચેતનમાં અદૃશ્ય બાવે રહેનારી એક શક્તિ છે. એ શક્તિજ પોતાની સત્તા વડે સૂક્ષ્મ બાવે રહેવા છતાં પણ ભિન્ન ભિન્ન રૂપો વડે ભિન્ન ભિન્ન ભૂતિઓમાં વિરાજ રહેલી છે. શક્તિભાવે સઘળા જીવો એક છે. કેવળ આકારમાંજ ભેદ છે. આ શક્તિ જળ, રથજ, આકાશ—સર્વજન—અટલ બાવે આ વિશાળ જગતને પ્રજાળ વેગે ચલાવી રહી છે. ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને પ્રલયના કારણ રૂપ એ એકજ શક્તિ ઓતપ્રોત રૂપે વિરાજ રહેલી છે. આ શક્તિસ્વરૂપમાં ચિત્તને સ્થિર કરવામાં આવે તો જણાય કે ચિત્ત વિષયોના બહારના સ્વરૂપને ભૂલી ગયું છે અને કેવળ એકાગ્ર બની રહ્યું છે, અને શક્તિની અસીમતા અને વિશાલતાનું ચિન્તન કરીને ચિત્ત ક્ષણભરને માટે કેવું અપૂર્વ રસ પાન કરી રહ્યું છે ! એ વિશાલતા ચિત્તની રસ વિષયની પ્રીતિને મો ગણી વધારી મૂકે છે. આપણા ચિત્તને આસક્ત કરનાર પદાર્થ છે અને તેથી સકલ જગતને ઉત્પન્ન કરનારી, ત્રિલોક્ય પાલન કરનારી, સઘળા જીવો અને સર્વ ભૂતોની અંદર વસનારી શક્તિજ આપણી એકાગ્રતાનું લક્ષ્ય છે એમ જાણવા સાથે ધ્યાનજ ધ્યેયને ખડું કરી દે છે.

તો શું સન્ધ્યા પણ એ શક્તિની ઉપાસના છે ? હા સન્ધ્યા એ શક્તિની ઉપાસના છે; એટલુંજ નહિ પરંતુ તેમાં કંઈ વિશેષતા છે. પહેલાં કહેવામાં આવ્યું છે, કે જે શક્તિ અદૃશ્ય છે, ઇન્દ્રિયોથી અજાણ્ય છે તેનું કામ બે પ્રકારનું છે. શક્તિ, શક્તિસ્વરૂપે એક હોવા છતાં પણ કાર્ય રૂપે બે પ્રકારની છે. એક બાહ્ય પ્રવૃત્તિ અને બીજી આંતરિક પ્રવૃત્તિના નામે સુપ્રસિદ્ધ છે. બાહ્ય પ્રવૃત્તિ અધો મુખે અને આંતરિક પ્રવૃત્તિ ઉર્ધ્વ મુખે ગતિ કરે છે. હરકોઈ વ્યક્તિ જ્યારે પ્રવૃત્તિને વશ થતે છે ત્યારે મન પણ પ્રવૃત્તિને અધીન થઈ સૂક્ષ્મ પ્રદેશમાં મહાક્ષે છે. આથી ઉલટું જ્યારે નિવૃત્તિ પરાયણ બને છે ત્યારે મન ઇન્દ્રિય અને જગતનો ત્યાગ કરીને ઉન્નતિ પથે વિચરણ કરે છે. અહીં ‘અધો’ એટલે ‘નીચે’ નો અર્થ હ્રદય અથવા અચુક સંકુચિત સ્થાનમાં બંધન થયેલો અને ‘ઉર્ધ્વ’ એટલે ‘ઉંચે’ નો અર્થ વિશાળ કે અમીઝ એવો થાય છે. આ વિશાળતાજ સુખનું મૂળ છે. આથી સ્પષ્ટ છે કે નિવૃત્તિ શક્તિની ઉપાસના કરવી જોઈએ; અન્યની નહિ.

પ્રવૃત્તિ શક્તિની ઉપાસના ઇન્દ્રિયો અને મન સ્વાભાવિક રીતેજ કરે છે. વિષયો તરફ જોવાનું એ ઇન્દ્રિયો અને મનનો સ્વભાવજ છે. આ સ્વભાવ બદલવાની ખાતરજ નિવૃત્તિ શક્તિનો આશ્રય લેવો જોઈએ. આ નિવૃત્તિ શક્તિજ ભર્ગ અથવા ગાયત્રી છે. આંતરજીવીય ભર્ગ અથવા ગાયત્રીજ અનેક રૂપે ભિન્ન ભિન્ન ભૂતિઓમાં વિરાજીત છે. તેજ દશ મહો વિદ્યા અણ્ડી અથવા ગીતા છે. એ ગાયત્રીજોજ સતિ સાવિત્રી, સરિતા, રાધા, દુર્ગા આદિ માયિક દેહો, કારણ કરીને લીલા કરી છે અને જગતની જાગમાં ફસાઈ રહેલા જીવોનો ઉદ્ધાર કરવાનો રસ્તો બતાવ્યો છે. આથી ગાયત્રીજ ગ્રંથ શક્તિની ઉપાસના છે, એની ઉપાસનામાં સઘળાની ઉપાસનાનો સમાવેશ થઈ જાય છે. સ્વરૂપજ બાવે ગાયત્રીની અને તટસ્થ રૂપે કાલી દુર્ગા વગેરેની ઉપાસના કરો તો સઘળાં હૃદય દૂર થશે અને ચિત્તમાં પરમાત્મ રસનો અનુભવ થશે.

ગાયત્રી તાંત્રિક છે કે વૈદિક ? જ્યાંજ્યાં એટલું કહેવું બમ થશે, કે જે કંઈ વેદ

કહે છે તેજ તંત્ર પણ કહે છે. તે બન્નેમાં પરસ્પર ધણીજ એકતા છે. બન્ને જીવોના કલ્યાણને માટે છે. વૈદિક અને તાંત્રિક કર્મોનાં અનુદાનની રીત જુદી જુદી છે પરંતુ યાનોપદેશની બાબતમાં બન્ને એક છે. બન્નેમાં જ્ઞાન અને કર્મોનો સાથે સાથેજ અભ્યાસ કરવાનો ઉપદેશ કરવામા આવ્યો છે. કર્મ વિના જ્ઞાન થવું અસંભવિત છે અને જ્ઞાન સિવાય કર્મ કરવું એ મૂર્ખતા છે. ખરી વાત છે, કે વૈદિક અને તાંત્રિક કાંઈ જુદા જુદા પ્રકારનાં છે. જેવી રીતે ગાયત્રી એક તરફની ‘છન્દસાં માતા’ વેદ માતા છે તેવી રીતે બીજી તરફથી ગાયત્રી તંત્રમાં ગાયત્રીને સઘળી શક્તિઓની આધારરૂપ કહેવામાં આવી છે. તેજ કુંભકુણ્ડલિની છે; તેજ જીવોનું ચૈતન્ય છે. તેજ દુર્ગારૂપે દશ આયુધ ધારિણી અને મહાવિદ્યારૂપે સઘળી જાતનું કલ્યાણ કરનારી છે. આશો ત્યારે આપણે સઘળા એકત્ર મળીને એ ‘છન્દસાં માતા’—જગતની ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને લય કરનારી મહાશક્તિનું શરણ લઇએ કે જેથી ફરીને કદિ પણ આપણું મન, વાણી, ઇન્દ્રિયો કુમાર્ગે દોરાય નહિ. હંમેશાં ત્રણ વખત તેની ઉપાસના કરો અને વધારે સમય મળે ત્યારે દુર્ગા, સરસ્વતી આદિ અનેક મૂર્તિ સ્વરૂપે તેનું શરણ ગ્રહીને કૃતાર્થ બનો. એમાંજ આપણું હિત સમાયેલું છે. જે પોતાનું હિત સાધે છે તે પરાપકાર કરવાને પણ શક્તિમાન બને છે. એવા પુરુષોના હાથેજ દેશનું હિત થઇ શકે છે. આ ઉપાસના વડે આપણું મન, પ્રાણ અને કર્મ ધર્મ વિષયે એક બની જશે. સંસારથી મુક્ત થઇ પરમ શાન્તિ મેળવવાનો પણ એજ ઉપાય છે.

હંમેશાં ધ્યાન કરતી વખતે આત્મસ્વરૂપનું ચિન્તન કરવું એ ઉપામના છે અને સ્વરૂપને જાણવું એ ઉપાસનાનું પ્રયોજન છે. હવે સ્વરૂપનું ચિન્તન કેવા પ્રકારે કરવું જોઇએ તે વિચારીએ.

તમે હંમેશાં જે કામો કરો છો તેમાંજ સ્વરૂપનું ચિન્તન કરવાની ધણી બાબતો સમાયેલી છે. જેમ આપણા આર્ય ઋષિ મહર્ષિઓ વેદ, વેદાન્ત, ફરશન, ઉપનિષદ્ આદિ વિષયોમાં અનેક ગ્રંથોની રચના કરી જ્ઞાનની પરાકાષ્ઠા બતાવી ગયા છે તેમ તેઓએ તે જ્ઞાન માર્ગમાં લઇ જવાને સર્વ સાધારણ જીવો પ્રવેશ કરી શકે એવી સંધ્યા અને ગાયત્રી જ્ઞેવામાં તો નાની અને કુંઠાણમાં છે તેમજ તેને અર્થ પણ મહજમાં સમજાય તેવો છે તોપણ તેનું સ્પષ્ટ ઘણું ગંભીર છે. તે થોડા અક્ષરોના મન્ત્રોમાં સઘળા તત્ત્વજ્ઞાનનો સમાવેશ કરવામાં આવેલો છે. એકલી ગાયત્રીના અર્થમાંજ સર્વ કાંઈ સમાઇ ગય છે.

જીવોએ ખાસ કરીને ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને પ્રલયનો વિચાર કરવો જોઇએ. સાંસારિક જીવોને દુઃખ સાગરની પાર જવાને માટે એ વિચાર ખાસ જરૂરનો છે. એ વિચારને અંતે કેવળ સત્ય સ્વરૂપ પરબ્રહ્મજ સાચા આશ્રયનો વિષય અને બાકીનું સઘળું અસત્ય જણાવી દાખે છે. આ સત્ય સ્વરૂપના સૃષ્ટિ રચવાના સંકલ્પથી સૃષ્ટિ, પાલન કરવાના સંકલ્પથી પાલન અને નાશના સંકલ્પથી પ્રલય થાય છે. સત્ય સ્વરૂપની આ ત્રણ શુભોવાળી સગુણ દેવતા—બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને મહેશ્વર એ ત્રિમૂર્તિ છે. પ્રાણીયામમાં આ સગુણ ત્રિપુટી દેવોનીજ વાત છે. આ ત્રણ દેવતાઓના ધ્યાનથી જગતની ત્રણ પ્રકારની અવસ્થાને ચિત્તમાં ધારણ કરો તથા બીજી સઘળી વિચારણાને દૂર કરી તેનું મનન કરો તો મનમાં બીજા કોઇ વિચારને અવકાશ રહેશે નહિ. આ ચિન્તનથી બ્યારે ચિત્તમાં સમતા આવે ત્યારે જાણવું કે પરમ તત્ત્વનું ચિન્તન કરવાનો સમય પ્રાપ્ત થયો છે. ધ્યાન કરવાની ક્ષેત્રી પ્રથમ રીત આજ છે.

આ ચિત્ત જ્યારે ખાલક મમાન સ્વચ્છંદી ખેલકૂદને છોડી વિષય રૂપી ઝેરથા મુક્ત થાય ત્યારે અધર્મર્ષણ મન્નતું ચિન્તન કરવું. મૂલ સ્વરૂપમાં નિકારી દશા કેવી રીતે થઈ ગઈ ? સ્વરૂપમાં રહુરણ થઈ જગત કેવી રીતે ઉત્પન્ન થયું ? આ સમુદ્ર, દિન, રાત, કાળ તેમજ આ પૃથ્વી, આકાશ જે અમાગ વ્યાવહારિક જગતનાં માતાપિતા છે તે મ્યાંથી પેદા થયાં ? આ સઘળા રિચારોની પરંપરા સમતા પ્રાપ્ત થયા પછી ચિત્તમાં ઉઠે છે. એ સવા-સોના નિરાકરણ વડેજ ચિત્ત પોતાના સ્વરૂપમાં જઈ રહેવાનો માર્ગ મેળવે છે. સૃષ્ટિની પ્રજ્વાલીને જાણી તેથી વિરૂદ્ધ માર્ગનું અવલંબન શ્રદ્ધાથી કરી સ્વરૂપતા થઈ રહેવાનો માર્ગ ખોલવામાં આવે તોજ ઉપરના સઘળા પ્રશ્નોના ખરા ખુલાસાનું જ્ઞાન થશે.

(૧) બ્રહ્મા, વિષ્ણુ, મહેશ્વર અને ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને પ્રલય એ ત્રણ પ્રકારના શુષ્ક વૈષમ્યનું-સુખ્ય કાર્ય. (૨) સૃષ્ટિનું સ્વરૂપ અને સ્વરૂપની વિકૃતિ. આ બન્ને સગુણ બ્રહ્મની ઉપાસના છે. (૩) ત્રીજી બાબત સચિતાની છે. ઉત્પત્તિ કર્તા શુદ્ધ તેજઃ સ્વરૂપ સ-વિતાજ આ દ્વિતમય જગતના વ્યાપારોનો અધિષ્ઠાતા છે. તેજ બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને મહેશ્વરનું અન્તર્ગત ચૈતન્ય છે. તે સૂક્ષ્મ જોવા તેજ રૂપે સર્વત્ર વિરાજમાન છે. તે (સચિતા) સ્થૂલ રૂપે જગતને પ્રકાશ અને ઉજા આપી સઘળા જીવોનું પાલન કરે છે. તે ક્રમશઃ કર્તા હોઈ સઘળા દેવતાઓમાં વિરાજમાન છે એવું માની ધ્યાન કરવામાં આવે છે. આ સૂક્ષ્મપણ સાકાર સ્થૂલ દેવતાઓનું આમન છે. આ જગતમાં તે સાક્ષાત્ દેવતા રૂપ છે. (૪) ચોથી ગાયત્રીની ઉપાસના છે. પ્રથમની ત્રણ બાબતો આ ચોથીને માટે, અટાની જીવોની સ્થૂલતામાં રમતી એટલે બહાર બટકતી ચિત્તની શક્તિઓને આ શાસ્ત્રીય માર્ગ વડે પરમતત્ત્વ સ્વરૂપ ગાયત્રી તત્ત્વમાં પ્રવેશ કરાવવો એ સંધ્યાનો સંકેત-રહસ્ય છે. ગાયત્રી દેવી ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને પ્રલયની જનની રૂપ છે. ગાયત્રી પ્રકૃતિની સામ્ય મૂર્તિ છે. પરમ પુરૂષ આ મહાન્ શક્તિની સમીપમાંજ રહેલા છે. પરમ પુરૂષની અંગવિલાસીની શક્તિ એ ગાયત્રીજ છે. પ્રકૃતિની શક્તિથી મોહિત થયેલા જીવે પહેલાં આ પ્રકૃતિની ઉપાસના કરવી જોઈએ. જ્યારે ગાયત્રીના ધ્યાન વડે ચિત્ત સારી રીતે શાન્તભાવ પામે ત્યારે પરમતત્ત્વ એની મેળેજ હૃદયમાં આવી વસે છે. આ પરબ્રહ્મનો ખોલક પદાર્થ તે પ્રણુય છે. પ્રણુવ (ચંદ્રાર) સઘળા મન્ત્રોનું મૂળ છે. એટલા માટેજ સઘળા મન્ત્રોની શરૂઆતમાં ઇંકારના ઉચ્ચારણનો વિધિ છે. હૃદય અને ઉપાય (સાધ્ય અને સાધન) એ બન્નેની એકતા કરી દેવી એજ શાસ્ત્રોની ખૂબી છે. જીવ સાધ્ય વસ્તુની શોધમાં સાધનમાંજ ભરાઈ ન પેમે એટલા માટેજ સર્વત્ર ઈંકાર પ્રધાનપણે વિરાજિત છે.

આ પ્રમાણે પ્રાતઃ, મધ્યાહ્ન, અને સંધ્યાને વખતે સગુણ દેવતા, સ્વરૂપ અને વિકૃતિ, અન્તર્ધર્મી સચિતા, અને પરબ્રહ્મ પ્રતીક ગાયત્રી તત્ત્વ એની ઉપાસના નિયમીત રીતે કરવામાં આવે તો નિઃસંશયપણે માર્ગ સાધ્ય થઈ શકે.

વિરમગામ,
માધ, શુક્લપક્ષ, ૧૦ મી. ૧૯૭૩. } મણિલાલ જાડવરાય ત્રિવેદી.



ॐકારં વિન્દુસંયુક્તં નિત્યં ધ્યાયન્તિ યોગિનઃ ॥

કામદં મોક્ષદં ચૈવ ॐ કારાય નમોનમઃ ॥ ૧ ॥

અનુસ્વાર સહિત ૐકાર કે જે ઇન્દ્રિયાઓ પૂર્ણ કરનારો તથા મોક્ષને આપવાવાળો છે તેણે યોગી લેકે ધ્યાન કરે છે. એટલા માટે તે ૐકારને હું નમન કરું. ૧.

મૂકં કરોતિ વાચાલં પંગું લંઘયતે ગિરિમ્ ॥

યત્કૃપા તમદં વન્દે પરમાનન્દમાધવમ્ ॥ ૨ ॥

જેની કૃપા મૂકાને બોલતો કરે છે તે લંગમને પર્વત ઓળંગાવે છે તે પરમાનંદ જેનો આનંદ હમેશનો છે તે) માધવને હું વંદના કરું. ૨.

ચિન્તાસંતાપહન્તારો યત્પાદામ્બુજેરેણવઃ ॥

સ્વીયાનાં તાન્નિજાચાર્યાન્ પ્રણમામિ મુહુર્મુહુઃ ॥ ૩ ॥

જેના ક્રમણ જેવા પગથી હૃત્પત્ત થયેલી રજ ચિંતા અને સંતાપને નાશ પમાડે છે તેવા મારા પોતાના આત્માર્થને હું ધડીએ ધડીએ નમન કરું. ૩.

અજ્ઞાનતિમિરાન્ધસ્ય જ્ઞાનાંજનશલાકયા ॥

ચક્ષુરુન્મિલિતં યેન તસ્મૈ શ્રીગુરવે નમઃ ॥ ૪ ॥

અજ્ઞાનરૂપ અધકારથી આંધળા અનેવા મનુષ્યનું નેત્ર જેણે જ્ઞાનરૂપ અંજનની સળાથી ઉધાડ્યું છે એવા શ્રીગુરુને નમસ્કાર છે. ૪.

સત્ત્વં ન મે મનસિ યાતિ રજસ્તમોઽભ્યાં વિદ્ધે તદા કથમહો શુભકર્મવાર્તા ॥

સાક્ષાત્પરંપરતયા સુખસાધનં તત્ તસ્માત્ત્વમય શરણં મમ દીનવંધો ॥ ૫ ॥

મારે હૃદય (મન) રજસુષ્ણ અને તમોસુષ્ણથીજ રડોળાએહું રહે છે એથી કરીને તેમાં સત્ત્વસુષ્ણ કદી ઉગવા પામતો નથી. આથી મારું અને કાયમ સુખનું જે કારણ છે તેમાં સાક્ષર્મો મારાથી થઈ શકતાં નથી. માટે હે દીનજીવો ! તમે એકજ હાથ મારે શરણુ લો.

આદ ખીરકીટના લક્ષ.

સવૈયા છંદ.

ચીન તણી ચાલાક કુમારી, આરી હિંદુસ્તાન વિશે,
અમલ ચલાવ્યો મરે દેશમાં, સત્તા પણ ધર ધર દીએ;
યુરોપનાં માનીતા મીરતર, ખીરકુટબાઈ ને બહાદુર
આકાશ ચઢી અહીં આવ્યા, કૂટતાં પ્રેમતણું અંકુર. ૧

ચાહ દેવીથી કરી મગાઈ, ગોર બન્યા હોટલવાળા,
આહક સંબળા ચે જનવાળા, લગ્ન તણા કીધા ચાળા,
હરખે બાંધ્યા હોટલ પતિએ, મંડપ મોટો હોટલનો,
કોણુ સુકે ત્યાં અરે ! આકડો, જનનૈયાનાં ટોટલનો. ૨

પાંચ જામ પચ્ચીશ આવતાં, ધામધુમ રહેતી ચાલુ,
ચોરીનો ચારજ સેવાને, પાસ થઈ આવ્યુ ખાલુ;
ગાય ગીત ગુણવતા ગોરી, રક્ષાખીઓ ઉર ધરીને હર્ષ,
અહો બાગ્ય છે અરે અમારો, થાય ચાહ દેરીનો સ્પર્શ. ૩

ચમચાએ ચિત્તમાં વિચારી, બન્ને જણુનો કર્યો મીલાપ,
મળે દક્ષિણા હોટલપતિને, ગોર વિણુ નવ થાય ઉથાપ;
સામુ કીટલી, સસરેા સાચો, ખાક જેહની ખીજમતદાર,
દુધ અને પાણી એ તો, ચાહ દેરીના છે ચણુગાર. ૪

જનનૈયાની જાત જાતમાં, ભેદ બાન નવ મળે લગાર,
કોણુ બ્રાહ્મણ, કોણુ વણિકો, કોણુ કોળીને કોણુ કુંભાર;
હઠી પ્રભાતે જોટ આપના, સુમારકળાદી માટે,
મુલાકાત લઈ દામ દીએ જઈ, હોટલપતિ કેગ હોટે. ૫

ટૂંક શોખીનો નિજ ધરમાં પણ, નિત્યે આનાં કરે લગન,
કોડે કન્યાદાન દહતે, મનની અંદર થાયે મગન;
કષ્ટાગ્નિનું કોણુ પુછે છે, બીડીમાં અગ્નિ પ્રજ્વળે,
એ અગ્નિની સાક્ષી આગળ, વર કન્યાનો હાથ મળે. ૬

જઈ ધુમાડા કહે ગગનમાં, ચાહા—દેરીના ચર્માં લગન,
જનનૈયાએ જઈ ખૂમ લીચો, જાણે મોટો કર્યો જગન;
અગલ અધિક ચાલ્યો અતનિમાં, રડતાં રહે છે જાનાં બાળ,
ધર ધર પ્રસરી ચાહની ખાલી, પદજનો કુટે છે કપાળ. ૭

‘વગોદરા વર્ણમાન.’

અનુભવી ઇલાજ.

(લેખક:—પ્રાગજી દાહ્યાદાસ હેડમાસ્ત મગોદ-પારડી.)

(૧) મને દાંતની ડાબી દાઢે વારંવાર દરદ થતું હતું. સને ૧૯૧૨ ના આક્ટોબર પછી મેં એક રોહીની ભલામણથી એરંડીકે તથા કાલી માટી જળ મિશ્ર કરી ધસવા માંડ્યું, ત્યારથી દાંતનું દરદ તદ્દન શાંત થઇ ગયું હતું. (જો કે માટીના ગુણો તે વખતે મને શાંત નહોતા.)

સને ૧૯૧૫માં વિસાવતી થસ તથા દુધ પાકડર વાપરવા માંડ્યા તેથી એકદ જે મોસ વાપર્યા પછી દાંતે ઉલટું પાછું દરદ ઉપડ્યું. જેથી ઓપરેશન કરાવી વેદના ભોગવવી પડી અને જે દાંત પડાવી નાખ્યા; ત્યારે સાફ થયું. તે વખતે નૈસર્ગિક પદ્ધતિથી વાકેફ હોત તો આમ દુખી થવાનો વખત આવત નહિ.

હજી અમો મૃતિકા દાંતે ધસીએ છીએ.

(૨) એક રેન્ડર (ફારેસ્ટ ખાતાનાએ) જણાવ્યું કે દાંતના કળતર તથા હાલવા ઉપર રતનજોતનું દ્રવ્ય ધણું સાફ છે. તે ઇલાજ અમોએ મહિના સાતેકથી કોઇ કોઇ સમય પર અજમાવ્યો તો કળતર બંધ થાય છે.

(૩) રતનજોતનું દ્રવ્ય આંખની આંખ પણ મટાડે છે.

(૪) અમે એક માણસના પગના તળીઆમાં સાતપડો એટલે ગડ જેવું દરદ થયું હતું. પાંચ છ દિવસથી હેરાન થતા હતા. અમો તેમને ત્યાં ગઇ તા. ૨૦-૬-૧૯૧૭ ને રોજ ખુલવારની રખમાં ગયા તે વેળા તેઓ પગે સેક કરતા હતા, સીમજકંદનો પાટો બાંધ્યો હતો, પરંતુ બળવા બહુ થતી ને આરામ નહિ, ને કળતર ને લીધે તેઓ પોકે પોકે રડતા હતા. અમોએ તેમની દુઃખદ સ્થિતિ મટાડવા ગરમ બદન કાઢીને ખાલી પગે “ કાળી માટીનો ” લેપ કરાવ્યો જેથી તેઓને પાંચ મિનિટમાં આરામ થયો ને હંઠક થઇ ગઇ ને ઘૂરત હસતા થઇ ગયા. તે ઉપચાર “ માટી બદવા ” નો આલુ બપોરના ચારથી રાખતા રાત્રીના ૧૧ વાગ્યા સુધી આરામ રહ્યો. મેં એબોઝમન (પેટ) ઉપર પાટો માટીનો બાંધતા હજી પણ તેમ કંપુ નહિ જેથી પાછી વેદના થઇ પરંતુ માટીથી પ્રથમ તો ઘૂરત આરામ થયો હતો. ઇત્યેમ.

શ્વેત રોગ ને બલુનની હવા.

શ્વેત રોગીને શુદ્ધ હવા બલુન દ્વારા પુરી પાટવાની યોજના.

(લે. વેઇ હર્લમદામ હરજવનદાસ પારેખ, મુ. રાણપુરવાળા.)

ખુબી હવાથી કેવા અનુપમ લાભ થાય છે તથા આરોગ્યમાં તેની કેટલી અગત્ય છે, એ આજે દેશવેપો વર્ગ જાણે છે. સાળ મનુષ્યો ધૃતિ થતાં ખુબી હવાનો લાભ લઇ શકે છે પણ રક્ત મનુષ્યોને તે બદલ દરરોજ જન્મ થાના ન હોવાથી રક્તહવાની અભવ

પડે છે. શ્રીમાન મનુષ્યો કદાચ ગાડીમાં બેસીને બહાર ફરવા જઈ શકે છે. પણ સર્વે તેની સગવડ હોતી નથી એટલે તેમને ઘરમાજ પુરાઈ રહેવું પડે છે.

શુદ્ધ હવાની જેટલી અગત્ય અન્ય રોગીને છે તેવા કરતાં ક્ષય રોગીને વિશેષ છે. ક્ષય રોગીનાં ફેફસાંમાં (Mucus) 'મ્યુકસ' નામનો શ્લેષ્મ જેવો નકામો પદાર્થ ભરાઈ રહેતો હોવાથી તેનાથી જેઠાએ તે પ્રમાણમા પુરતી હવા અંદર લઈ શકાતી નથી. આ ક્ષય રોગીને મનુષ્યને ઘણાજ ત્રામ પડે છે, અને તે મહા દુઃખદ છે. તેની બુધિમા વધતી તે અસાધ્ય ગણાય છે અને તેવા રોગીને મરણને સરણ જ થવું પડે છે, આ રોગ અસાધ્ય છતાં પશ્ચિમના યુદ્ધિમાન મનુષ્યો તેને સાધ્ય કરવા મચી રહ્યા છે અને, શુદ્ધિ પ્રયોગ અને આયુર્વેદ કંઈજ અશક્ય કે અસાધ્ય નથી. જે ક્ષયરોગી પૂરાં ફેફસાં ભરીને હવા લઈ શકે તો તેને જલદી આરામ થાય છે તથા તેને તેનું દુઃખ જણાતું નથી. આવા ક્ષયરોગીને પ્રમંથ પર્વત ઉપર કે ટેકરી ઉપર કે જે જગ્યા ઉંચી હોય ત્યાં જઈને રહેવાની ભલામણ કરવામાં આવે છે. જેમને પૈસા વગેરેની સગવડ હોય છે તે આ પ્રમાણે પર્વત ઉપર કે ઉંચી જગ્યામાં જઈને રહે છે. પૃથ્વીપરની હવામાં ઓકસીજનનું પ્રમાણ ઓછું હોય છે તથા તે ઉંચેની હવા કરતાં જલદી હોય છે તેથી ક્ષયરોગીથી તે બરાબર શ્વાસમાં લઈ શકાતી નથી. પરંતુ ઉંચેની હવા પાતળી હોય છે તેથી તે ક્ષયરોગી સુખપૂર્વક ફેફસાંમાં લઈ શકે છે અને તેથી તેને જલદી આરામ થાય છે.

ક્ષયરોગીને શ્વાસનામાં જુદા જુદા ઓરડામાં રાખવામાં આવે છે. આજુમાજુ ઓડ વાળા ભાગમાં તેમને રહેવાનું મકાન બાંધવામાં આવે છે તથા તેમને બનતા સુધી બહાર ઓટલા ઉપરજ સુવાડવામાં આવે છે. કદાચ રોગી બહુ મિમાર હોય છે તો તેને અંદર સુવાડે છે પણ ગમે તેટલી ટાઢ હોય તો પણ બારી બારણા ખુલ્લાં રાખવામાં આવે છે.

ક્ષયરોગીઓને એક હબર બે હબર 'કુટ' ઉચે જે ગમવામાં આવે તો તેમને જલદી આરામ થઈ જાય છે, પણ તેમને એટલે ઉચે હમેશા શી રીતે રાખવાં એ સંશય બરેલું છે; તેથી તેમને માટે નીચે પ્રમાણે વ્યવસ્થા કરવાનું ફેલ્ડીક શોધકો યોગ્ય ગણે છે.

એક બાબતને હબર બે હબર કે જેટલી ઉંચાઈએ ચઢાવવું હોય તેટલી ઉંચાઈએ ચઢાવવું અને ત્યાં તેને લગર કરી રાખી મૂકવું. પછી તેને લાંબી લાંબી કંતાન કે બીજા દુપડાની નળીઓ લગાડી. અને તે જે ઓરડામાં ક્ષયરોગી હોય તે ઓરડામાં ઉનારની પછી બગાવડે ઉપરની થીક તથા પાતળી હવાને પેલા ઓરડામાં ભરી કે જેવડે રોગીઓ હબર કે બે હબર કુટ ઉંચેની હવાને લાભ જમીન ઉપર સુનાં સુનાં લઈ શકે.

એમ કહેવાય છે કે ઇ. સ. ૧૮૭૫ માં એક 'બલુનીસ' છત્રીશ હબર કુટ ઉચે ચઢી ગયો હતો ત્યાં હવા એટલી બધી પાતળી હતી કે તે બે બાન થઈ ગયો હતો અને તેની સાથેના એક માણસનું મૃત્યુ પણ થયું હતું પણ ઉપર પ્રમાણે કરવાથી આવા પરિણામ આવવાનો સંભવ નથી. કદાચ ઉપરથી ધણી પાતળી હવા નીચે બેસાશે તો પણ તેની સાથે નીચેની જલદી હવા મળશે એટલે તે શ્વાસમાં લઈ શકાય તેવીજ થઈ રહેશે. હવાને માપ નાર યત્ર પણ બાબતમાં આવે રાખવામાં આવે છે જેથી કેટલે ઉચે બાબત લઈ જઈને લગર કરવું તે પણ બાબત શક્ય આ પ્રમાણે થવું જોઈએ નથી. પણ જેમાં બાબતની

નળીઓ ભાડે પૈસુ ગણી શકે અને જે માંદા મનુષ્યના ઝોરકામાં ઉંચેની વિશુદ્ધ હવા ભે-
 ઇતી હશે તે વેચાતી મળી શકે અને આજે જેમ શહેરમાં પોતાના ઘરમાં બેઠાં બેઠાં ફરનાં
 તળાવ કે નદીનું પાણી બગવડે મનુષ્યો સુખથી પી શકે છે તેમ ઉપર, જણાવ્યા પ્રમાણે
 હવાની નળીઓ વડે હજાર કે બે હજાર ‘‘ કુટ ’’ ઉંચેની કિંમતી હવા મનુષ્યો ઘરમાં બેઠાં
 બેઠાં લઇ શકે.

કેટલાક પ્રોફેસર અને ડોક્ટર કહે છે કે:—‘‘ ચોખ્ખી ઠંડી હવાના જેવી સર્વોત્તમ
 ‘ટાનિક’ કે પુષ્ટિકારક હવા એક પૃથ્વી દરદીને મળવી અશક્ય છે. અસ્તુ.

‘સાન્નિપાતિક જ્વર અથવા ટાઇફોઇડ તાવનું વર્ણન અને ઉપચાર.’

(લેખક:—પંડિત રામરાય હરિશંકર-વિસનગર.)

એવો એક રોગ છે કે આખી પૃથ્વી ભરના સર્વે મુલકોમાં થાય છે, પણ હિંદુસ્તાન-
 આર્યવર્તની અંદર ઘણો ફેલાયેલો છે અથવા થતો રહે છે. જેકે આ તરફના લોક આ રોગને
 મોતીજરો કહે છે, તે પૃથ્વી આ નામ સંશય ભરેલું છે, કારણ મોતીજરાના દાંણા ખીખ ધણી
 રોગોની અંદર થતાં જેવામાં આવે છે.

મોતીજરાના દાંણા એક પ્રકારના ચામડીપરના જીણા દાણા હોય છે. જે કે ગરમીના
 દાણાની માફક એટલે અખાધ-ઈંગ્રેજમાં લાઇકનની માફક તાવની ગરમી નીકળે છે. તે
 દાંણાની અંદર એક વસ્તુ સ્વચ્છ જળની માફક ચળકે છે; પણ કોઇ કોઇ વખત એ દાંણાનો
 રસ દુધ જેવો પણ થઇ જાય છે. જેવી રીતે બાળકોની અંદર ગરમીના દાંણા પાકી જઈને
 ફેલીઓ થઇ જાય છે. એવીજ રીતે કોઇ કોઇ વખતે એની અંદર ૫૨ પણ થઈ જાય છે.

કોઇ પણ એના વિશેષ તાવ એક અઠવાડીઆથી વધારે રહેતો એ દાંણા નીકળી આવે છે.

એક એવી જુદી વાત છે કે શીતળા વગેરેની રીતે તાવ નિયમીત હોય છે અને એની
 અંદર ચામડી ઉપર દાંણા નીકળે છે તેથી લોક આ રોગને માતાની માફક કોઇ ‘દૈવિક’
 રોગ સમજે છે. ઘણા પાખડી લોક આવા અધ વિશ્વાસનો લાભ ઉઠાવનારી ખાતર આ રોગને
 માતા બનારી પોતાના મંત્ર, મંત્ર અથવા શામ વગેરે આપીને રોગીની જીંદગી બેખમમાં
 નાંખે છે અથવા આ રોગના વિશે મધાર્થ જ્ઞાન ન હોવાને લીધે રોગના ઝેરી જીવો
 એકથી ખીખમાં ફેલાયે છે. જનમખાને જનચું જોઇએ કે જનસમાજ તે નુકસાન કરનારા
 રોગો વિશે મધાર્થ જ્ઞાન સંપાદન કરું જોઇએ અથવા એ જ્ઞાન સંપાદન કરીને કેવલ રો-
 ગીઓને એ પાખડી ધૂતોના પંજમાંથી દોડાવે એટલુંજ નહિ પણ એની સારવારની રાખી
 આંચા કાઢી નિર્દોષ કરી દેવા.

રોગનું કારણ.

અસલ કારણ તપાસતાં એક પ્રકારના જંતુ છે. તે જંતુઓ રોગના આહાર વિહારની સ્થિતિમાં મળીને મુખવાટે પ્રવેશ કરે છે. અને હોઝરી-ચરમકમાંથી નીકળીને આંતરકામાં પ્રવેશ કરે છે અને ઘર કરી લે છે. આંતરકાના પછી અંદર નાની નાની ગાંઠો હોય છે, જેની અંદર જંતુઓ વરમ ઉત્પન્ન કરીને જમખ (પેશુ) કરે છે અને તેનાથી ઉત્પન્ન થયેલ એર લોહીમાં મળીને તાવને ઉત્પન્ન કરે છે. આ ઉપરાંત જંતુ આંતરકામાંથી લોહીમાં જમને આપ્યા શરીરમાં ફેલી જાય છે. તે રોગના જંતુ રોગીના મળમૂત્ર વાટે બહાર નીકળે છે. તે એવા સખત જીવ હોય છે કે મળમૂત્ર સુધા પછી પણ કેટલા દિવસો સુધી મરતા નથી.

માટીની અંદર મહિના સુધી અને પાણીમાં આઠવાડીઆ સુધી જીવતા રહે છે. અને રોગીના શરીરમાં આરામ થયા પછે વરસો સુધી કાયમ રહે છે, તે કારણથી સાંનિપાતિક તાવવાળા દરદીના મળથી બગડેલાં કપડાં, તળાવ, કુવા ઉપર બે ધોવામાં આવે તો એક દરદીથી બીજા દરદીઓને પંજામાં લે છે.

આ દરદી આરામ થાય છે પણ રોગીએ સાવધાની રાખવી જોઈએ કે એસવા, ઉઠવાની અને રસતા ઉપર મળ, મૂત્ર ત્યાગ ન કરવો અને શાંતિ વરાની અંદર પોતે બાગ ન લેવો તેમજ મેળા અથવા જે જગ્યામાં વિશેષ માણસો ભેગા થવાના હોય ત્યાં આવા દરદીએ બાગ ન લેવો એ વાત પણ યાદ રાખવી જોઈએ કે આ રોગ ખાનપાનની સ્થિતિમાંથી લોકોમાં ઉત્પન્ન થાય છે તેનું પ્રસરવાનું મુખ્ય કારણ માખીઓ છે તે વિષ્ટને સ્વાદિષ્ટ ભોજનોની માફક રસદહી ઉપયોગ કરે છે. તેથી એવા રોગીના મળ, મૂત્ર સર્વે ખુશી જગ્યામાં ફેંકવું જોઈએ નહિ એ પણ યાદ રાખવું કે તેના જંતુ સુકાઈ ગયા છે હવામાં ઉડીને ખુશી રહેલી ખાનપાનની સ્થિતિની અંદર પડે છે તે સ્થિતિ આવામાં આવવાથી તે રોગ ઉત્પન્ન થાય છે.

રોગનાં લક્ષણ.

આ એક પ્રકારનો સતત તાવ છે, અને તે સાંજે ચડે છે. જેની મુદત ચાર આઠવાડીઆ સુધી રહે છે. શરૂઆતમાં થોડો થોડો તાવ એક આઠવાડીઆમાં વધીને ૧૦૩ ડીગ્રી સુધી ચડે છે. અને તે સમયની અંદર દરરોજ ચડતર થયા કરે છે. પછી બીજા આઠવાડીઆમાં પણ તેજ સ્થિતિમાં રહે છે. બીજા આઠવાડીઆમાં કંઈક થોડો ઉતરે છે પછી થોડો થોડો ચઢતે છેવટે ઉતરીને જતો રહે છે પરંતુ છેવટે થોડા આઠવાડીમાં શાંત થઈ જાય છે.

તાવ સિવાય એમાં બીજાં પણ લક્ષણ થાય છે, જેથી આ ચિન્હોથી તાવની ઓળખાણ થઈ શકે છે, શરૂઆતમાં માથામાં દર્દ થાય છે. હોઠ આઠવાડીઆ સુધી સતત ચાકુ રહે છે અને કોઈ વખત નસકોરી પણ ફૂટે છે અને ઘણું કરીને પહેલા આઠવાડીઆથી દરરોજ શરૂ થાય છે અને કોઈ વખત બીજા આઠવાડીઆની અંતમાં શરૂ થાય છે અને કોઈ વખત છેવટે સુધી દરદી કળકળત રહે છે.

પ્રથમ આઠવાડીયાથી રોગી ઉઠાસીત રહે છે પહેલા આઠવાડીઆના અંતમાં શરીરમાં લાસ ફાટીઓ નીકળે છે. જે પહેલા ગરદનથી શરૂ થઈને નીચે ઉતરે છે. હાંચુ દળાવાથી અદસ્ય થઈ જાય છે પણ અમુક વખત પછે દ્રશ્ય થાય છે.

આ કંઈ રોગનું વિશેષ લક્ષણ નથી પણ રોગ નિર્ણય કરવામાં મદદ આપે છે.

ખીજા અઠવાડીઆમાં તાવ વધવાના બદલે વિશેષ આંતરડામાં અકારો થાય છે, ખાંસી થાય છે, રોગી થોડો બકે છે અને સુસ્તની માફક બોલ્યા ચાલ્યા વગર પડી રહે છે. અને છેવટે રોગી બગડીને સાનિપાતિકની અવસ્થામાં પહોંચી જાય છે. જીભ ઘણી મેલી થઈને ખરખરી અને દાળી પડી જાય છે. અથવા ચીરા પડી જાય છે. હોઠ અને દાંત ઉપર મેલની પોપડીઓ બાંધાઈ જાય છે અને રોગી બેચેન થઈ જાય છે. ગાંડાની માફક ઉડીને દોડે છે, બકે છે. આ અવસ્થામાં રોગી મરી જાય છે અને કોઈ વખત થોડું થોડું સાચું થઈને એક બે અઠવાડીઆમાં સાચું થાય છે.

આ રોગમાં સનિપાતો અધિક હોવાના લીધે આ રોગને સાનિપાતિક જ્વર કહે છે પણ મોતીજરની માફક એમાં કંઈ વિશેષ લક્ષણ નથી.

પાળવાના નિયમો.

૧. દરદીને સ્વચ્છ હવા અજવાળાવાળા ઓરડામાં રાખવો.
૨. માણસોને જોવા માટે આવવા દેવા નહિ અને ઘોંઘાટ કરવો નહિ.
૩. દરદીનું ખીજાનું દિવસમાં બે વખત બદલવું,
૪. દરદીને શ્રમ આપવો નહિ.
૫. માથાના દુખાવા માટે વાળ બોડાવી નાંખવા તે નવસાર અને ગુલાબ જળ મેં જળી પોતાં મુકવાં.
૬. જરા ગરમ કરેલા મીઠા પાણીમાં વાદળી બોળી આપ્યા શરીરને લુંછવું લુંછતી વખતે શરીરને હવા ન લાગે તેની સંભાળ રાખવી.
૭. જીભની ઠંડા ન હોય તો ખોરાક આપવો નહિ. જ્યારે ઠંડા થાય ત્યારે મગ બાંધીને તેનું પાણી આપવું. ધાંણ, જર, અને સીંધાલુંજી નાંખીને બે મહિના સુધી દસકો ખોરાક આપવો.
૮. કોઈ દૈનિકાર બોમ્બ વૈદ, હકીમ, ડૉક્ટરની સલાહ લઈને દવા લઈ લેવી.

ઉપચાર.

દાઢ હલદર, દેવદાર, ઈંદ્રજીવ, મજીક, દાળીપાક, કચુરો, પીપર, સુમધી પાજો, કરીઆણ, ગજપીપર, ત્રાયમાણ, પદમકર્તું લાકડું, દાકડાસીંગી, ધાંણ, શાક, નાગરમોચ, નેત્રવાળો, ભોંય-સીંગણી, ઠમી ઝીંગણી. પીત પાપડો, દર્બનું મળ, કકુ, જવામો, ગજો, ગરમાળો, નસોતર, દંતી, દરડે દળ.

સમજુતી.

ઉપરની ઝીજોને મરખે બાગે ખાંડીને તેમાંથી ત્રણ રૂપીઆભાર લઈને શેર પાણીમાં માટીના વાસણમાં ખુસા મોંઢે ઉઠાવવું જ્યારે પાંચ તોલા રહે ત્યારે માળીને સવારે પીવું તેજ કુચા ઉપર પ્રમાણે ઉઠાળી પાંચ તોલા રહે ત્યારે માળીને સાંજે પીવું. ખીજા દિવસે કુચા રૂપી દેવા, નવો ખીજો લેવો.

મુખ પરિક્ષા શાસ્ત્ર.

પુરુષ સંચય.

(આનુસંધાન નવમા વર્ષના ૨૫૭ પાંચથી.)

જ્યારે સંચય બધે અથવા ઘણું કરીને શરીરના આગલા ભાગમાં હોય છે ત્યારે તેને પુરુષ સંચય એમ કહે છે.

આગલા ભાગમાં સંચય થવાથી સાધારણ રીતે ગળાનો આગલો ભાગ જરા લઘુ જેવો જાડો થાય છે અને ચહેરો મોટો, ગોળાકાર અને કુણેસો દેખાય છે. આવા પ્રકારના ચહેરાની વિશેષ નિશાની કહીએ તો એ છે કે જેવી રીતે નીરોગી-વિજાતીય દ્રવ્ય રહિત-મનુષ્યના ચેહરા ઉપર વિભાગરેયા દેખાય છે તેવી રીતે ન દેખાતા તે વિભાગરેયા પાછળ ગયેલી દેખાય છે.

આગળની આંતુમાં સંચય થયો થયો હોય ત્યારે ચહેરો ઘણો કુણેસો દેખાય છે તથા કપાળપર મેન્દો સંચય થઈ ત્યાં સ્પૃશ્યપણું થયેલું દેખાય છે. જ્યારે પાછલા ભાગમાં સંચય થયેલો હોય ત્યારે પથ્થ કઠી કઠી કપાળપર મેદ વૃદ્ધિ થયેલી દેખાય છે. એથી કપાળપર સ્પૃશ્યપણું વિશિષ્ટ પ્રકારના સંચયની નિશાની છે એ નિશ્ચયપૂર્વક કહી શકાય નહિ. તે ઉપરથી સમજી શકાય કે વિજાતીય દ્રવ્યોનો પ્રસાર મગજ સુધી થઈ ગયો છે.

ઘણી વખતે વિજાતીય દ્રવ્યનાં ગોળા ને ગોળા ગળાના ભાગમાં થયેલાં દેખાય છે. આવી સ્થિતિ હોય ત્યારે સંચય ઘણોજ થયો છે અને પ્રકૃતિ ઘણીજ રોગચરત થઈ છે એમ સમજવું. આવી સ્થિતિમાં ગળાના ભાગમાં વિજાતીય દ્રવ્યમાની કામગીરી જાતી રહીને તે યુક્ત થઈ જાય છે ત્યારે ગળાના ભાગ પાસે કુણેસો ભાગ દેખાતો નથી અને તેથી ગળા પાસેની મર્યાદારેયા પણ નીરોગી મનુષ્યની પ્રમાણેજ દેખાય છે.

શરીરના આગલા ભાગમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થયેલો હોય છે ત્યારે શરીરનો વર્ણ ક્રોધો હોય છે કિંવા તેમાં ગતાંયણું બ્યાબળી કરતાં વધારે હોય છે, અને જે ભાગમાં સંચય ઘણો થયેલો હોય છે તે ભાગ કુણેસો અને તળતળતો દેખાય છે.

મસ્તકના ચક્ષુવલ્લભથી પણ સંચયનો પ્રકાર સમજી શકાય છે. જ્યારે સંચય શરીરના આગલા ભાગમાં થયેલો હોય છે ત્યારે મસ્તક પાછળ જોઈએ તેટલું વાળો શકાતું નથી, અને જો મસ્તકને પાછળ વાળવાનો પ્રયત્ન કરીએ તો ગળાનો ભાગ ઘણોજ તણાય છે. આવી વખતે માત્ર ન દેખાય એવાં નાનાં મોટાં વિજાતીય દ્રવ્યનાં ગોળાં ગળા પાસે સંચય થયેલાં નજરે પડે છે.

આ પ્રમાણે પુરુષ સંચયમાં, સર્વ ચહેરામાં કિંવા ચહેરાના વિશિષ્ટ ભાગમાં સંચય થયેલો હોય છે. કોઈ કોઈ વખતે સંચય ચહેરાની એક આંતુની ભાગમાં થયેલો હોય છે. આવી વખતે ચહેરાનો આંધો ભાગ ખીન્નો જાગના કરતાં અધિક મોટો અને લાંબો દેખાય છે.

વિશિષ્ટ રોગ થયો એ સમયના સ્વરૂપ પર અવલંબી રહે છે. શરીરના આગલા ભાગ

ગમાં સંચય થયો હોય ત્યારે વિન્યતીય દ્રવ્ય પેટના ભાગથી માંડીને ઉપર ગરતક સુધી અને નીચે પગ સુધી પ્રસરેલાં હોય છે. અને શરીરની કેટલીક ઇન્દ્રિયો જે આગના ભાગમાન આવેલી હોય છે તે પૈકી ઘણી ઇન્દ્રિયોપર વિન્યતીય દ્રવ્યનો પરિણામ થાય છે. તેથી કરીને આગલા ભાગમાં સંચય થયો હોય ત્યારે પ્રત્યેક તીવ્રરોગ થવાનું સંભવ હોય છે, દા. ખલા તરીકે, જેનાં શરીરનો આગલો ભાગ વિન્યતીય દ્રવ્યથી વ્યાપ્ત થયેલો હોય છે. તેના માણુકને ઝોરી, ઝોરીનો તાવ, ઘટવિસર્પ, ફેફસાંનો દાહ ઇત્યાદિ રોગો થાય છે. એવા, આ લોકોના શરીરના આગળના ભાગપર રોગનું વિશેષ જોર હોય છે. આ વાત આવા લોકોને ઝોરી, ઝોરીનો તાવ, વગેરે રોગ ઉત્પન્ન થતાંજ દેશ્વિલ્લે આગલા ભાગ પર દેખાય છે. તે ઉપરથી માલુમ પડે છે.

ધણા જુના રોગો ઘણું કરીને ગળા સંબંધી અને કંઠ સંબંધી અને કનચિત પ્રસંગે મુખ સંબંધી રોગ પણ શરીરના આગલા ભાગમાં સંચય થવાથીજ થાય છે.

જે રોગોમાં ચહેરા ઉપર જોઇએ તે કરતાં વધારે લાલી હોય છે અને ચહેરાપર દેશ્વિલ્લે ઉઠે છે તે રોગોનું ગળા કે ચહેરાના રોગોમાંજ ઘણા ઝંકટરો અંતર્ભાવ કરે છે. આવા રોગોની પ્રથમાવસ્થામાં પહેલાં ઘણું કરીને ફક્ત હનુવરી (દાઢી)માંજ વિકાર થાય છે. આગલા ભાગમાં સંચય થવાથી દાંત-ઘણું કરીને પ્રથમ નીચેના દાંત-હાલે છે અને કંજો છે. ઘણી વખતે મળ્મત્તવું સંબંધી રોગ અને નેત્ર રોગ આવી પ્રકૃતિના લોકોને થાય છે. ન્યારે વિન્યતીય દ્રવ્ય તાળવા સુધી જઈ પડાયે છે ત્યારે માથામા ટાન પડે છે અને માથાના આગલા ભાગમાંના કેશ ખરી પડવા માંડે છે.

સંચય ફક્ત આગના ભાગમાંજ થયેલો હોય ત્યારે મગજ સંબંધી રોગો થવાનો સંભવ સમુગ્ધગો હોતો નથી.

ન્યારે વિન્યતીય દ્રવ્ય ઘણું કરી ગાલમાં અને કપાલમાં સંચય થયો હોય છે અને શરીરના બીજા ભાગો આ વિન્યતીય દ્રવ્યથી સુક્ત હોય છે ત્યારે શરીરની કોઈ પણ મહત્ત્વની ઇન્દ્રિયને વિકાર થતો નથી. જે વિકારો થાય છે તે કપાલ કે ગાલના ભાગમાંજ થાય છે. આ વિકાર એટલે કપાળ દુખવું, શરીરપર વિશેષ કરીને ચહેરાપર દેશ્વિલ્લે-ખીલો-વગેરે ઉપદ્રવો થાય છે.

આવા પ્રકારના રોગીઓની પ્રકૃતિ ઉપર હવાના કમી અથવા જલસ્તી ઉષ્ણમાનના પ્રમાણમાં ઉષ્ણમાનનો પરિણામ તરતજ દેખાય છે.

આગળ કહેલુંજ છે કે કેટલાકના શરીરમાં વિન્યતીય દ્રવ્યનો ફેલાવ ઘણી વખતે ઘણી મંદ ગતિથી થાય છે. એવાં લોકોને ઉપર કહેલાં રોગો પૈકી એકાદ રોગ સિવાય ઘણા વર્ષો સુધી બીજા કોઈ પણ પ્રકારનો દુર્ધર રોગ થતો નથી. પરંતુ આગળ જેમાં પહેલેથી ઘણો સંચય થયેલો ન હોય એવા શરીરના ભાગમાં એકદમ વિકાર થાય છે.

આવી જાનનાં સર્વ વિકારોનો એકજ ઉપાય છે. તે એ કે જે કારણે થી વિકાર થયો હોય તે કારણોને દૂર કરવાં. અર્થાત્ કારણો દૂર થયાં કે રોગ પણ મટ્યા વગર રહેતો નથી.

શરીરના આગલા ભાગમાં સંચય થયેલાં દ્રવ્યને શરીરમાં દગાવી દેવું સહેલું છે. અર્થાત્ આવા પ્રકારના સંચયથી થયેલાં રોગોજ ઘણું કરીને જલ્દીથી મટે છે. ઝોરી, મગજ

રખી દાંખાદિ ઘણું કરીને નાના બાળકોને થતાં રોગો અને પુરોબાગના સંચયથી થનારા જ્વરાદિ જનના રોગો એકઠેરે અનપકારી (કેટલાક અંગે ઉપકારી) રોગોની ગણનામાં આવે છે.

પુરોભાગના સંચયથી થનારા રોગો કુન્ડેના ઉપાયોથી થોડી મુદતમાં સારા થાય છે. એક માન્યતાને ૧૮ વર્ષથી થયેલો સાયદાસિસ* એ ત્યારેય કુન્ડેએ થોડાજ અધવાડીયા-મોજ મરાડ્યું હતું.

રોગથી (વિનતીય દ્રવ્યના યોગથી) એકાદ ઈદ્રિય કે અવયવ સડી ગયો હોય અથવા તો નહ યદ્ય ગયો હોય ત્યારે તે ફરી સાજો થઈ શકતો નથી. દાખવા તરીકે એકાદ દાંત દાણીને પડી ગયો હોય તો તે ફરી પાછો કઢી પડ્યું હોતો નથી. પરંતુ કેટલાક વર્ષો સુધી જ્યારે માથામાં દાણ પડી હોય તો યોગ્ય ઉપાયો કરવાથી વાળ હળી શકે છે.

પાર્શ્વસ્થ (શરીરની બાજુમાં થનારો) સંચય

શરીરની કાળી કિવા જમણી બાજુમાં જે પ્રમાણમાં વિનતીય દ્રવ્યનો સંચય થયો હોય તે પ્રમાણમાં ગળાના કાળા કિવા જમણાં અંગમાં સ્થૂપપણું કિવા સોજો આવે છે. કેટલીક વખતે શરીરના જે (બાજુના) ભાગમાં વિનતીય દ્રવ્યનો સંચય થયેલો હોય છે તે તરફના સર્વ અવયવો જરા મોટા કે ગોળાકાર દેખાય છે.

આવા સંચયથી કેટલીક વખતે કાણુ અંગ જમણા અંગરતાં મેલું દેખાય છે અને જમણા અંગમાં સંચય થવાથી અંતરોનો જમણો ભાગ કાળા ભાગ કરતાં વધારે ગોળાકાર અને લાંબો થયેલો દેખાય છે. એટલે શરીરના જે ભાગમાં સંચય થયે છે તે ભાગની આવી સ્થિતિ થાય છે. અને મર્યાદારેખા પશુ જે ભાગમાં વિનતીય દ્રવ્યનો સંચય થયેલો ન હોય તે ભાગમાં જેની સ્પષ્ટ દેખાય છે તેની સંચયવાળા ભાગના તે અંગમાં દેખાતી નથી.

એક અંગમાં સંચય થવાથી જે વિકાર થાય છે તે સારા થવો ઘણો કઠણ હોય છે. જે અંગમાં સંચય થયેલો હોય તે બાજુના દાંત ઘણું કરીને હાલવા લાગે છે અને તે બાજુની દાંતમાં ઘણી વખતે સણકા આવે છે. જ્યારે શરીરની બાજુ અથવા આગલા ભાગમાં સંચય થાય છે ત્યારે કેટલીક વખતે કાન ખડેરાં થઈ જાય છે. આ પ્રમાણે થાય ત્યારે કોઈ કોઈ વખતે માથા પાછેથી તે કાન સુરીનો ભાગ સુએલો દેખાય છે. અથવા પ્રકારનો સંચય થવાથી આંખોને પશુ દટિખાંધ, મોતીઆગિંદુ વગેરે વિકારો થાય છે. તોપણ આ વાત લક્ષમાં રાખવા જેની છે કે એ વિકાર જે બાજુના અંગમાં સંચય થયેલો હોય તો તે બાજુની ઈદ્રિયને પ્રથમ થાય છે.

વિનતીય દ્રવ્યનો સંચય મનકના કેવળ એક ભાગમાં જ થવાથી આદાશીયોનો રોગ થાય છે. આ વિકાર કેટલાકને ઘણાં વર્ષ સુધી રહે છે અને તેનાથી આગળ જતા ઘણો ખરાબ રોગ થશે એમ તે રોગીને પ્રથમેથી સંમતનું પશુ નથી; પરંતુ કેટલાક દિવસ પછી વિનતીય દ્રવ્યના સંચયથી તે ભાગ એટલો બધો વધે છે કે ત્યાં જરૂરી ન મળવાથી વિનતીય દ્રવ્ય બીજા ભાગમાં જાય છે અને ત્યાં અન્ય વિકાર ઉત્પન્ન કરે છે. એ કેમ થાય છે તેના વિષે ડૉ. કુન્ડેએ પોતાના અનુભવની વાત આગળ આપી છે.

* Sycosis એ આમરોડું એક દર્દ છે. એમાં હલુવડી (દાડી) જામરો દત્તાની અંદરના પાળના ભાગની ચાગડી સુએ છે અને તે જગ્યા પર ઝીણી ફાંદિયો ઢાંપત પશુ તે સ્થાનનો નાશ થાય છે.

એક બાઇને પંદર વર્ષ સુધી આદાશીશીનો આભરે હતો. તેને પ્રથમ ડૉક્ટરોએ ઘણા ઉપચાર કર્યા હતાં પરંતુ તેથી તેને શુભ લાગ્યો નહિ. તેના હમેશના ડૉક્ટરે તેણીને કહ્યું કે “તમે હવે કંઈ પણ ઉપાયો કરશો નહિ. તમારી આદાશીશી કેટલાક દિવસ પછી એની મેજેજ મટી જશે.” તે પ્રમાણે પંદર વર્ષ પછી તે બાઇની આદાશીશી ખરેખરીજ મટી ગઈ. પરંતુ તરતજ તે બાઇને આંખે દેખાતું બંધ થયું. તે બાઇની આદાશીશીનો જાણે તેણીની આંખે દેખાતું બંધ થયું તેની સાથે કંઈ પણ સંબંધ છે, એવું કોઈ પણ માણસની કલ્પનામાં આવ્યું નહિ. ફક્ત એક સંકટ જતાં બીજું સંકટ આવીને ઉભું રહ્યું તેથી લોકોને ખરાજ લાગ્યું. આ બાઇની વિકૃતિના સંબંધમાં ડૉક્ટર કુંઢે કહે છે કે,—

“વાસ્તાવિક સ્થિતિ એવી હતી કે જે વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય મસ્તકના એક અડધા ભાગમાં સંચય થવાથી તેણીને જે આદાશીશી થઈ હતી. તેજ દ્રવ્યો પોતાનું મૂળસ્થાન છોડી નેત્રમાં જવાથી આદાશીશી અદૃશ્ય થઈ અને નેત્રમાં અંધત્વ થયું હતું. ફક્ત તે બાઇની પ્રકૃતિ સૂકંદ હોવાથી પંદર વર્ષ સુધી તેણીના શરીરે મસ્તકમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યને નેત્ર તરફ જવા દીધો નહોતો.”

કાંચુ અંગ વિજ્ઞતીય દ્રવ્યોથી વ્યાપ્ત થતાં ચામડીનો વ્યાપાર* ધણું કરીને બંદ પડે છે પરંતુ તેજ જમણા અંગ તરફ વ્યાપ્ત થાય છે ત્યારે શરીર તે સારી પેઠે પરસેવો છુટે છે અને તે યોગથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય બહાર નિકળી જાય છે, તેથી સંચય ઘણો થતો નથી. માટે કાંચા અંગમાં સંચય થવાથી થનારા રોગ જમણા અંગમાં સંચય થવાથી થતાં રોગો કરતાં ઘણા કઠિણ હોય છે. જમણા અંગમાં સંચય થાય છે ત્યારે ઘણી વખતે પગને શરદી થાય છે.

કાંચી બાળુના સંચય કરતાં જમણી બાળુનાં સંચયથી શરીરમાં અંતઃજ્વર(હાડ કચરીઓ તાવ અથવા જીલ્જી જ્વર) કમી હોય છે. તોપણ જમણા અંગમાં સંચય થતાં પગને ક્રિંવા અંગને પરસેવો છુટતો બધ થયો કે તે સ્થિતિ પ્રકૃતિને વિશેષ લુક્ષ્મીકારક છે એમ સમજીને યોગ્ય ઉપાયનું તાદાન અવલંબન કરવું જોઈએ.

પૃષ્ઠસ્થ (શરીરના પાછલા ભાગમાં) સંચય.

સંચયના જે પ્રકાર આગળ કહી ગયા હોય, તે સર્વમાં પૃષ્ઠ (પાછલા) ભાગનો સંચય એ ઘણો નાશકારક છે. વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય પીઠ તરફથી ઉપર જવા લાગ્યો કે તે હમેશાં મસ્તક સુધી જામેહેજ એવો નિયમ નથી. તે કોઈ કોઈ વાર પેટમાંજ સંચય થઈ રહે છે અને તેનાથી ખરડાના આકારમાં દેશ્વર થાય છે.

આ પ્રકારના સંચયના યોગથી પ્રથમ ખાંદ ગોળાકાર થાય છે અને સંચય ઘણો વધે છે ત્યારે પીઠે ખુંદ થાય છે. પરંતુ આવા પ્રકારના વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય મસ્તક તરફ ન જતાં પીઠમાંજ મંચિત થઈ રહે છે. તેથીજ વિદ્યુપના એટલે કુરૂપતા થાય છે. એ એક પ્રકારે સાદું છે. ધરણુ; વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય મસ્તક સુધી જઈ પહોંચવાથી ઘણાજ બધાંજ પરિણામ થાય છે, વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય બ્યારે પૃષ્ઠ ભાગમાંથી મસ્તક સુધી જાય છે ત્યારે માથાનો ખાજો ભાગ કુદે છે અને બોચી અને મસ્તકના પાછલા ભાગમાં મર્યાદારેખા દેખાતી નથી અને તે કેટલાંજ વિજ્ઞતીય દ્રવ્યના સંચયનો વધારો દિવસે દિવસે જાસતી થતો જાય છે, મ-

* પરચોત્તરિયે યશીરમાંથી મગ બહાર કાઢી નાંખવા ઉપાય.

રતકે તાળવા પામે ગોળ થતું જાય છે અને કાંઈ કાંઈ વખતે કપાળ સુધી મેદના મંચય થઈ ત્યાં આગળ તેનો થર બંધાય છે. પ્રમગે વિનતીવ દ્રવ્ય મસ્તકમાંની ચડેગ તરફ ઉતરે છે અને તેનાથી ચડેગમાં પશુ ફેરફાર થાય છે. અર્થાત્ તેની સાથે ત્યાં વિકાર થવાનો સંભવ પણ રહે છે.

૫૪ ભાગમાં મંથપ થયેલો હોય છે ત્યારે તેની સાથે મૂળબાધ (અર્થ) એ ધાણું કરીને હોય છે. તે પ્રમાણે આવા પ્રકારનો મંથપ થયો હોય છે ત્યારે તેના નિર્ગળ (કુવા-ધગરા)ના ભાગ ઉપર કંઈપણ પરિણામ થાય છે. માટે એવા માણસથી સરળ અને સારી રીતે ચલાવુ નથી.

પૃથ્ઠ બાગમાં સંઘય યતાં એકદ તીવ્રરોગ થાય છે તો તે મર્યો ધણી દશિષુ રાય છે. આવા રોગથી કેટલેક પ્રસંગે રોગીનો પ્રાણ પશુ જાય છે. આવા પ્રકારના સંકટભાવી મુકામ થવા માટે શરીરમાંથી પરશેવો દાદવો અને ડામ્પર કુન્દે એમના શીતરનાનનો ઉપયોગ કરવો એના જોડો પીજો એક ઉત્તમ ઉપાય નથી.

આવા પ્રકારનો સંઘર્ષ થતાં તાવની જ્વલના રોગ* ધણું કરી નાના આળશોનેજ થાય છે, પરંતુ તે પ્રાંઠ મનુષ્યને ક્વચિતજ થાય છે.

હવે આવા પ્રકારના તીવ્રરોગ પ્રોઠ માથુસને થતાં નથી એટલે તેમની સ્થિતિ નાના બાળક કરતાં સારી હોય છે એમ સમજવું નહિ. ઉપરું તે ધણી ખરાબ હોય છે એમ સમજવું. બ્યારે સિગ્નલ ડ્રૉપ પૂઠ બાગમાંથી કરતાં કરતા મસ્તકમાં જાય છે ત્યારે સ્મૃતિમાં (વિસ્મૃતિ થતી), કોઢીપણું, ઉત્સાહ નાશ (દીનગીરી), આદાસિન્ય (ઉદાસીનપણું) ઇત્યાદિ મગજ સંબંધીના અથવા જ્ઞાન સમઢીના વિકારની ચરવાત થાય છે. કેટલીક વખતે મગજ ઝિલકુલ ખગડી જઈ માથુ દલકું થાય છે અને જમ થવાનો કિંવા ગોડપણુ થવાનો બધ ઝેડ છે. આલે-પ્રસંગે કુલેતા રૂપ પરીક્ષા શાસ્ત્રનું મહત્ત્વ સમજાય છે કારણ ઉપર રહેલાં પ્રત્યક્ષ થવા પહેલાં તેવું બાની આગમન આપણને આ શાસ્ત્રની મદાયથી ઓળખાવાથી આગમનું સંકટ ટાળી શકાય છે.

[illegible]

• ઓરી, મુલ્લી અથવા મખારખી, અલ્લુડા, જાળીયા ઈત્યાદિ.

પૃથ ભાગમાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યથી નાનપણમાંથી વ્યાપ્ત થયાને લીધે છોદ્ધરને કામવાસના જાદી ઉત્પન્ન થાય છે અને તેથી હસ્તમૈથુન ઇત્યાદિ વીર્યપાત કરવાની ધાતક ટેવે તેમને પડે છે. એનો પરિણામ એવો થાય છે કે આગળ જતાં પુરુષત્વ કમી થાય છે કિંવા તદ્દન નષ્ટ થઈ જાય છે. છોદ્ધરીઓને પણ આ વાત લાગુ પડે છે. નાનપણમાંથી પૃથ ભાગમાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યનો સંચય થવાથી સ્ત્રીઓને વાઝીયાપણું આવે છે. પતિ કિંવા ભાવ્યાં એ પૈકી ફક્ત એકનાજ શરીરમાં સંચય થણા દિવસનો કિંવા ઘણો વધેલો ન હોય તો તેના સંબંધથી સંતતિ થાય છે, પરંતુ તેમનાં છોદ્ધરો અશક્ત વા રોગી થાય છે અને ઘણું કરી ઘણી મુદત સુધી જીવતા પણ નથી. જે સ્ત્રીઓના શરીરમાં આવા પ્રકારનો સંચય થયેલો હોય તે સ્ત્રીઓને અધુરે જા્ય છે અથવા કદાચિત ગર્ભ પૂર્ણાવસ્થાને પામી છોદ્ધરે જન્મે છે તો પણ તેનું પૂર્ણ પોષણ થવા જેટલું તે સ્ત્રીના સ્તનમાં દૂધ ઉત્પન્ન થતું નથી.

પૃથ ભાગમાં સંચય અને તેનાથી થનારા ખરાબ પરિણામ એનો પ્રસાર એકાદ દેશમાં દિવસે દિવસે વધારે થતો જાય છે તો તે રાજની અવનતિ થતી જાય છે અને તેનો નાશ જાદી થશે એમ ખાતરી સગળાય છે. જુન પરશિયન અને રોમન લોકો એમના ચિત્તના જે મુખવટા દૃષ્ટિએ પડે છે તે ઉપરથી તેમના શરીર પૃથ ભાગના સંચયથી વ્યાપ્ત થયેલાં હોવાની જોધએ એમ સ્પષ્ટ જણાય છે. આ બન્ને રાષ્ટ્રમાં પ્રાચીનકાળમાં અત્યંત સુધારણા હતી તેમ છતાં પણ તેમની ઉત્તરતી કળા લાગુ પડી તેમનો નાશ કેમ થયો તેનું કારણ આપણને કુહેના રૂપ પરીક્ષા શાસ્ત્ર ઉપરથી સમજાય છે.

જેમના પૃથ ભાગમાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય સંચય થયેલો હોય છે એવા લોકો શુદ્ધિમાં હમેશા મંદ હોય છે. એવા લોકોના હાથથી રાજ્યકારભારનાં અને ચતુરાઈનાં કામકદી પણ સારાં થતાં નથી.

ગરીબ લોકો કરતાં ધીમંત લોકો ખાનપાનની બાબતમાં સૃષ્ટિ નિયમનું ઉલ્લંઘન બાકું કરે છે. તેથી કરીને પૃથ ભાગનો સંચય તેવા લોકોમાં વધારે દૃષ્ટિએ પડે છે.

પૃથ ભાગનો સંચય જેમ જેમ જીર્ણ થતો જાય છે તેમ તેમ તેનાથી થતા વિકાર ઘણા દૃઢિલુ થતા જાય છે. માટે આવા પ્રકારનો સંચય થયો છે એવું સમજવામાં આવે કે મુરત સુચ મનુષ્યોએ યોગ્ય ઉપાય કરવા જોઈએ. આવા પ્રકારના સંચયનો એક અતિશય ખરાબ પરિણામ એ છે કે શરીરમાંના વિકારને સારો કરવાને જે સ્વાભાવિક શક્તિ અને બળ (જીવનબળ) આવશ્યક હોય છે, તે આવા પ્રકારનો સંચય થવાથી કમી થતું જાય છે. શરીરમાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય જ્યાં સુધી સુકાઈ ગયા ન હોય ત્યાં સુધી તે દ્રવ્યો શરીરમાંથી ચોડી મહેનતે દૂર કરી શકાય છે. પરંતુ એકવાર વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય સુકાઈ જઈ તેની ગાંઠો બની જાય છે એટલે તેનો નિકાલ કરવા ઘણો વખત લાગે છે અને ઘણો પરિશ્રમ કરવો પડે છે અને કેટલેક પ્રસંગે તો એટલું કરતા પણ યશ મળતો નથી.

મિશ્ર સંચય.

આગળ દલી ગયા છીએ કે કેવળ એક પ્રકારનો સંચય કોઈક વખત થાય છે. ઘણું કરીને બે કિંવા સર્વ પ્રકારનો મધ્ય એકદમ થાય છે, અને પ્રત્યેક સંચયના કમી જાસ્તીના પ્રમાણમાં તેનું મિત્ર મિત્ર પરિણામ એકદમ જણાય છે. ઘણી વખતે પુરુઃ સંચય વા પાર્શ્વસંચય એકી વખતે થયેલો દેખાય છે. એજ પ્રમાણે પૃથરથ વા પાર્શ્વરથ સંચય પણ એકજ વખતે થયેલો દૃષ્ટિએ પડે છે. કેટલીક વખતે એકજ મનુષ્યને પૃથરથ સંચય વા પુરુરથ સંચયજ થયેલો જણાય છે.

છે. ધણુ લોકોને જૂખ ન લાગતી, દસ્ત સાફ ન આવવો, નયોમાં વાયુ ભરાવવો, દત્તાદિ પચનેદ્રિયો સંબંધી વિકારથી થોડો ધણુ પણ ત્રાસ ભોગવવો પડે છે. અને તે ઇદ્રિયો સંબંધી આથી જલ્દી ત્રાસદાયક વ્યથા ન હોય એટલે લોક પોતાને સાધારણપણે નીરાગી અને સુખી માનતા હોય છે. આગળ વર્ણન કરી ગયા પ્રમાણે ઉદ્વેગ પાચનશક્તિ જેના શરીર વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યથી વ્યાપ્ત હોય છે એવા મનુષ્યમાં કદી પણ હોતી નથી. જેના શરીરમાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય સુકાઈ ગયાં હોય છે તેની પાચનશક્તિ તો બિલકુલ ખગડેલી હોય છે અને તેમને મળાવદંભ (અધકોથ) સંગ્રહણી વગેરે વિકાર ધણે ભાગે હોય છે. આ બંને પ્રકારના વિકારોનું કારણ વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યથીજ કોકામાં ઉત્પન્ન થનારી ઉષ્ણતા હોય છે. આંતરડાની અંદર જે શ્લેષ્મ રૂપી ચીકણાવાળો પદાર્થ હોય છે (જેના યોગથી મળ આંતરડામાંથી સહજ રીતે આગળ ધકાય છે) તે આ ઉષ્ણતાને લીધે સુકાઈ ગયો એટલે મળ આંતરડામાંથી આગળ ખસતો નથી અને આબુઆબુની ઉષ્ણતાને લીધે તેમાંની બીનાશ નહિ જેવી થઈ જઈ તેની ગાંઠો બને છે. આ પ્રકારે મળાવદંભ (અધકોથ) થાય છે. હવે બ્યારે મળને આગળ ધકેલવાનું સામર્થ્ય આંતરડામાં રહેતું નથી ત્યારે સંગ્રહણી થાય છે. સંગ્રહણીમાં મળ પાતળો થઈ નિકળવાનું કારણ એ છે કે મળ કદાચ યવા પહેલાં વા મળ અથવા પહેલાં તેને આંતરડા આગળ ધકેલે છે. આ બંને પ્રકારના વિકારમાં અત્યંત યોગ્ય રીતે પચન થતું નથી અને તેથી કરીને શરીરને બરાબર પોષણ મળતું નથી. ઉલટું તેના યોગથી શરીરમાં દૈનિક દ્રવ્યોને સંચય વધતો જાય છે. આ સર્વનો એકંદર પરિણામ એવો થાય છે કે શરીરમાં રક્ત (લોહી) નો જમાવ કમી થાય છે અને દિવસે દિવસે ક્ષીણતા થતી જાય છે. આ પ્રકારની ક્ષીણતા વધતી લાગી એટલે ક્ષયની-પ્રથમાવસ્થાને આરંભ થયો એમ સમજવું. કારણ પૌષ્ટિક ખાણુ વગેરે ચાલુ છતાં ક્ષીણતા વધતી જતી એજ ક્ષયનો લક્ષણ છે. હમણાં ઉપર કહી ગયા તે ઉપરથી એ વાત લક્ષમાં આવી હશે કે શરીરમાં તાકત રહેવા માટે અન્નના ગુણો કરતાં પચનેદ્રિયનું સામર્થ્ય એજ વાત ધણી મહત્વની છે. કારણ અમો યોગ્ય પરિપાક પેટમાં થયો એટલે ક્ષીણતા થતીજ અશક્ય છે. સંચય કોઈ પણ પ્રકારનો હોય તો પણ પચનક્રિયામાં કિંવા પચનેદ્રિયોના વ્યાપારમાં કોઈ ખિગાડ થયો છે કે કેમ એ કંઈ અનુમાન ઉપરથી સહજ રીતે સમજઈ શકે તેમ છે. બ્યારે સંચય કાળા અંગમાં થયેલો હોય છે ત્યારે એવું ખાસ સમજવું કે પચનેદ્રિયોની કામી બાબત વિકૃત થઈ છે અને પેટમાં હજારો અથવા શબ્દ માફક ગોચાક કિંવા પેટ તણાવુ (ચડવું) એ વિકાર તેજ ભાગમાં ઉપર થાય છે. સંચય જમણા અંગમાં હોય ત્યારે કોઈ પણ વિકાર પેટના તે તરફના અંગમાંજ થાય છે. પૃથ્થ ભાગ સંચયથી વ્યાપ્ત થાય છે ત્યારે મુખ્યત્વે કરીને આંતરડાના પાછલા ભાગમાં વિકાર થાય છે. એ વિકાર એટલે આગ્રવાટે રક્ત પડવું વા મળબાધ (અર્શ) દત્તાદિ છે. વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યનો સંચય બ્યારે આગલા ભાગમાં થયેલો હોય છે ત્યારે પચનેદ્રિયોને ધણે ભાગે વિકાર થયેલો હોતો નથી. દદામિત વિકાર થયો હોય તો ઇતર સંચયથી જોડેલો થાય છે તેટલો હોતો નથી. આ પ્રકારનો સંચય થતાં પેટ ફાળવું, નળમાં વાયુ ભરાવવો વગેરે વ્યાધિ વિગેષ કમી થાય છે એમ નથી; પરંતુ તેનાથી અન્નના પચનમાં અને શરીર પોષણમાં ઘણું કમીપણ થતું નથી. સિવાય આરા પ્રકારના સંચયથી થનારા વિકાર યોગ્ય ખાનપાન અને યોગ્ય ઉપાયથી જલ્દી સારા થાય છે.

૧. યદ્યપિ ઉર્ધ્વે સ્ત્રીવર એ પચનેદ્રિયો પૈકીની એક ઇન્દ્રિય છે. આ ઇન્દ્રિય પેટમાં જન્મણી બાળુએ પાંચગાં નીચે આવેલી છે એ વાત ઘણા ખરાબા જાણવામાં છે. દૈવિક દ્રવ્યનો સંચય જ્યારે જન્મણા અંગમાં થાય છે ત્યારે યદ્યપિ પશુ કમી જાતની વિકાર થાય છે અને યદ્યપિ પિત્ત અન્નમાં પુરતી ગીતે ન ભજનાથી અત્યંત પચન થગમર થતું નથી અને તેથી કરીને શુદ્ધ રક્ત પણ તૈયાર થતું નથી. અર્થાત્ તેથી કરીને શરીરમાં શીકાગ આવે છે. માટે જે માણસને જન્મણા અંગમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય વ્યાપી ગયેલા દેખાતાં હશે અને જેનો વર્ણ પિંડરોગી જેવો દેખાતો હોય છે તેને ઘણે ભાગે યદ્યપિ વિકાર થયેલા હોયો જેમજે એમ સમજવું. યદ્યપિ અંગમાં વિકાર ઘણે ભાગે જન્મણા અંગમાં મંચય થવાનું વિશેષ લક્ષણ છે. તેમાં શરીરે પરશેવો ઘણે થાય છે. જેના જેના અંગમાં શરીરની જન્મણી બાળુએ સંચય થયેલા હોય છે તેમના શરીરમાંથી પરશેવો ઘણે જાડી આવે છે. અને તેમના શરીરમાંથી પરશેવો નિકળેવો એ ઘણા હિતની વાત છે. ઘણી વખતે આવા લોકોના પગના તળીયાએ પરશેવો છુટે છે (પગને શરદી રહે છે). હવે પગને પરશેવો આવવાથી કેટલો બધો ત્રાસ કિંવા કંટાળો આવતો હશે તેપણ એ વાત ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ કે જ્યાં સુધી શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય હોય છે ત્યાં સુધી વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય પરશેવો રૂપે શરીર બહાર નિકળવાં એ વાત પ્રકૃતિને આત્યંત હિતાવહ છે. જ્યારે સર્વ વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય શરીરમાંથી નિકળી જાય છે ત્યારે પગના તળીયામાંથી પરશેવો નિકળતો આપોઆપ બંધ થાય છે. પરંતુ જે આપણો વગેરે આપી કૃત્રિમ ઉપાયોથી પરશેવો નિકળતો બંધ કરવામાં આવે તો શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યને શરીરમાંથી બહાર નિકળવાનો માર્ગ બંધ થવાથી તે એકાદ કાંઈકમાં ભેગાં થઈ રહે છે, અને તે સ્થળે વિકાર ઉત્પન્ન કરે છે.

મૂત્રપિંડ અથવા ગુરદા એનો પણ પચનેદ્રિય સાથે સંબંધ છે. જ્યારે જ્યારે શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યની વૃદ્ધિ થાય છે ત્યારે ત્યારે આ ઇન્દ્રિયને વિકાર થવાનો સંભવ રહે છે. આ ઇન્દ્રિયની સ્થિતિ તેમાંથી જરૂરના પ્રવાહી પદાર્થ ઉપરથી અને મૂત્ર ઉપરથી સમજાય છે. સંચય જ્યારે પૃથ્વ ભાગમાં કિંવા ડાળા અંગમાં થયેલા હોય છે ત્યારે શરીરમાંથી પરશેવો નિકળવાની ક્રિયા કમી પડવાથી મૂત્ર પિંડમાં વિકાર થાય છે. આવી સ્થિતિમાં આંખની નીચેની બાળુએ પાણીથી ભરી હોય એવી નરમ અને નાની ગાંઠો બને છે. આ લક્ષણ જેનામાં હોય તેને મૂત્રપિંડ સંબંધી વિકાર થયો છે એમ નિશ્ચયી સમજવું.

પચનેદ્રિયો વિજ્ઞતીય દ્રવ્યથી આતિશય વ્યાપ્ત થયેલી હોય છે એટલે જન્મેદ્રિય સંબંધી વિકાર થવાની (વિશેષ કરી સ્ત્રીઓને) ખીક રહે છે. પશુ સામાન્યતઃ સંચય ઘણા દિવસનો અને આતિશય હોવા સિવાય જન્મેદ્રિય સંબંધી વિકાર થતો નથી. આવા પ્રમુખે જન્મેદ્રિયો વિકૃત થવી એવી સ્થિતિમાં યોજના હોવી જોઈએ એમ દેખાય છે. કારણ જન્મેદ્રિય વિકૃત થવાથી સંતતિ થતીજ ઘણે ભાગે બંધ થાય છે. જેમના શરીર વિજ્ઞતીય દ્રવ્યોથી આત્યંત વ્યાપ્ત હોય છે તેમને સંતતિ થાય છે તે શક્ય હોય છે અને જે અર્થે આવી સંતતિ થઈ નથી તે અર્થે તેની સંતતિ ન થવી એ કંટરનો નિયમ ઘણો સારો છે.

સ્ત્રીઓને જન્મેદ્રિય સંબંધી વિકાર થવાના બે કારણ છે. એક આનંદ વિજ્ઞતીય દ્રવ્યથી વ્યાપ્ત થવાથી તેનો બાર ગર્ભાશય ઉપર પડીને ગર્ભાશય તેના મૂળ સ્થાનમાંથી એક બાળુએ ખસી જવાથી ગર્ભાશય બંધ થાય છે અથવા પ્રત્યક્ષ જન્મેદ્રિયમાં દૈવિક દ્રવ્યનો મંચય

થાય છે આ બીજી કારણ છે. આ બીજી પ્રકાર રક્ત પૃથ્થાગમાં સંચય હોય છે ત્યારે થાય છે, વાઙ્મયપણું, પ્રસૂતિ સમયે થતું કટ, ગર્ભાવસ્થામાં અનેક બાધિ થવા છતાં આ વિકારોનાં કારણ પૃથ્થ સંચય હોય છે. તેજ પ્રમાણે પૃથ્થ સંચય કમી બનતી હશે તેના પ્રમાણમાં સ્ત્રીઓના સ્તનમાંથી દૂધ કમી આવે છે કિંવા ગ્રિસ્ટલ બધ થાય છે. સિવાય પૃથ્થ સંચયથી સંતતિ થવાને અડચણ થાય છે એમ કહેવામાં આવ્યું છે.

શરીરના ઉપરના કિંવા નીચેના ભાગમાં સંચય વધતો હોય વ શરીરમાં વિઘ્નતીય દ્રવ્યોના પરોપકારના રૂપમાં નિકાલ ન થતો હોય તો આગળ સંધિવાત થવાનો સંભવ રહે છે. સંચય બ્યારે ડાબા અંગમાં હોય છે ત્યારે આ સંભવ વધારે રહે છે. કારણ ડાબા ભાગમાં સંચય થયો એટલે શરીરે પરોપકાર બરાબર થતો નથી. એટલે સંચય બ્યારે ડાબા અંગમાં થયો હોય ત્યારે આગળ જતાં સંધિવાત ધાતું કરી થવાનોજ એમ સમજવું. પરંતુ નખથી શીખા પર્વત સર્વ શરીર વિઘ્નતીય દ્રવ્યથી અત્યંત વ્યાપ્ત થયા સિવાય સંધિવાયુ થતો નથી એ વાત ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ. તેજ પ્રમાણે શરીર વિઘ્નતીય દ્રવ્યોથી વ્યાપ્ત છતાં પણ દવામાં એકાએક બીનાશ ઉત્પન્ન થયા સિવાય સંધિવાત ઉત્પન્ન થતો નથી. દવામાં બીનાશથી હાથ પગ વગેરે શરીરના અવયવ સંકુચિત થાય છે અને તેથી કરી તેમાં વિઘ્નતીય દ્રવ્ય દળાઈ જાય છે અને તે પાછળ ખસે છે અને નક્કરના સાંધામાં જઈ ભેગા થાય છે. આ કારણથી તે સાંધામાં સંકુચા ઉત્પન્ન થાય છે. તેથી કરી સંધિવાયુમાં તે સાંધાનાથી ઉપલા ભાગમાં સંકુચા કદીપણ આવતા નથી. તે દેહણે સાંધા પર સોજો હોય છે અને સંકુચા આવે છે તે ભાગને બરાબ આપી ત્યાંની ત્વચાનાં રંગો ખુલ્લાં કરી અંદરના ભાગમાં વિઘ્નતીય દ્રવ્યોમાં ચલણ વલણ ઉત્પન્ન કરવામાં આવે એટલે વિઘ્નતીય દ્રવ્યોનો કંઈ અંશ ચાગડીનાં છિદ્રો દ્વારા પરોપકાર રૂપે નિકળી જાય છે અને સંકુચા બધ થાય છે.

સંધિવાયુ થયો છતાં વિઘ્નતીય દ્રવ્યોનો નિકાલ ન કરવામાં આવે તો તે હળવે હળવે સુકાઈ જાય છે અને તેમાં કંઈપણ આવે છે અને તેના થોડે વાત રક્ત એ રોગ થાય છે. એટલે સંધિવાયુના થોડા ઉપચાર ન થવાથી તેને આગળ જતા વાતરક્ત સ્વરૂપ પ્રાપ્ત થાય છે. તેજ પ્રમાણે સંધિવાયુમાં સુકો રોગ આપી સંધિવાતના અમકા અંધ કરવાથી પણ આ રોગ થાય છે. કારણ આવા ઉપાયોથી રોગનું મૂળ કારણ ખરેખરી રીતે નિર્મૂળ થતું નથી પરંતુ તેના ચિન્હ ફક્ત દબાઈ જાય છે. આ કારણ માટે વાતરક્ત એ રોગ સંધિવાયુ કરતાં ઘણો હુસાધ્ય છે. સંધિવાયુ પ્રમાણેજ વાતરક્તનાં કારણ પણ ડાબા અંગનો સંચય એજ છે. માટે સંચય બ્યારે આવા અંગમાં થયો હોય ત્યારે આગળ જતાં સંધિવાત અને વાતરક્ત એ વિકાર થવાનાજ એવું ભવિષ્ય આપણે વગર હરકતે બાબી શકીશું. જેના શરીરમાં ડાબા અંગમાં સંચય છતાં પૃથ ભાગ વિઘ્નતીયથી વ્યાપ્ત હોય છે અને જેનાં મૂત્રપિંડ વિકૃત થયેલાં હોય છે તેની સ્થિતિ ઘણી બગાડે હોય છે કારણ જે મૂત્રપિંડના યોગથી શરીરમાં ઘણાજ વિઘ્નતીય દ્રવ્ય બહાર કાઢી નાખવામાં આવે છે તેજ મૂત્રપિંડ બ્યારે વિકૃત થાય છે ત્યારે શરીરમાંના સંચય અર્થાત્ ઘણોજ વધતો જાય છે એ સાહસિક છે.

પૃથ્થ સંચય થયો છતાં વધારામાં તેના ઉપર પુરસ્થ સંચયનું દળાણ થતા રક્તનાશયને પણ ઘણું ભાગે વિકાર થાય છે.

ફેફસાં સંબંધી વિકાર એ સર્વ રોગમાં અત્યંત બાધક રોગો પૈકીનો છે. બ્યારે વિ. જાતીય દ્રવ્ય શરીરમાં આવે ત્યારે ફેફસાંમાં ઘણા દિવસ મંચ્ય થઇ રહેલાં હોય ત્યારેજ આપણા ફેફસાંમાં વિકાર થયો છે એવું રોગીને માલૂમ પડે છે અને આની વખતે તે સ્થિતિ રોડરો પણ પરીક્ષા ઉપરથી સમજી શકે છે. પરંતુ આ રૂપ પરીક્ષા શાસ્ત્ર, ઉપરથી આવા પ્રકારના વિકારની પરીક્ષા તે વિકાર આપણને પ્રત્યક્ષ દેખાયા પહેલાં તેની પરીક્ષા આપણે ઘણા દિવસ પહેલાં કરી શકીએ છીએ. આગળ કહેવામાં આવ્યું છે તે ઉપરથી સમજશે કે સર્વ ચેટ અને મરતક વિજાતીય દ્રવ્યોથી પડેલાં બ્રાહ્મ થઇ ગયા વગર ફેફસાંમાં પ્રથમ વિકાર થતો નથી. ઘણે ભાગે એવું બને છે કે શરીરમાં બીજો વિકાર અને ઘણું કરી જવ. રને ઔષધોથી દગાવી દેવામાં આવે એટલે દોષિક દ્રવ્ય ફેફસાંમાં જાય છે અને તેના યોગથી તેમાં વિકાર થાય છે.

ફેફસાંમાં જે વિજાતીય દ્રવ્ય ભેગાં થાય છે તે હવે ચડી ભેગા થાય છે એટલે બ્યારે ખમા, ગળુ અને મરતક એ વિજાતીય દ્રવ્યોથી તદ્દન ખીચોખીચ ભરાઇ જાય છે ત્યારે તેને વધારે જગ્યા ન મળવાથી મરતક અને ગળામાં ભેગાં થયેલાં વિજાતીય દ્રવ્ય નીચે ઉતરવા લાગે છે એટલે પ્રથમ તેના ફેફસાં ઉપર અથ ભાગે (ટોચ સાથે) સંબધ થાય છે અને તેનો ટોચનો ભાગ સડવાનો આરંભ થાય છે.

જે સોડોને આગળ ક્ષય થાય છે તે સોડો તરણપણમાં ધણે ભાગે મળાના ભાગમાં સડું જેવાં દેખાય છે. આ સોડોની આવી અવસ્થામાં પેટમાં મચ્ચ થયેલાં વિજાતીય દ્રવ્યનો થરનો થર અને તેની (દ્રવ્યની) ઉપર જવાની પ્રતિ એ આ બાબતનું સૂક્ષ્મ અવ. સોદન કરનારને જણાય છે. આવા સોડોના એકરા લાય અને મચ્ચકના દેખાય છે અને તેમના ચહેરા ઉપર ચોડે ચોડે ચોડાની આકાર થતો જાય છે. અને ચોડે ચોડે તેમનું સુખ ધણે ભાગે નિદ્રામાં શ્વાસોશ્વાસ મટે ઉઠાડું રહેવા લાગે છે. પ્રથમ તો આ વાન સહે. જ રીતે દેખાતી નથી. પરંતુ આગળ જતા નીચેના અને ઉપરના ઝોડની વચ્ચે અંતર પધતો જાય છે અને મુખ ઘણું ઉઠાડું રહેતું દેખાય છે. પડી નાકમાં અંદરના ભાગમાં સોડો અને દાઢ ઉપજ થાય છે. અને પડી નાસા દાઢ (નાકનો દાઢ) અને શ્વાસ નલિકા દાઢ (શ્વાસ નળીમાં દાઢ) એ વિકાર થાય છે. વિકાર બ્યારે ધણેજ વરે છે ત્યારે નાકની અંદરની બાજુ પણ કાળી પડે છે. બધા સુધી શરીર હલ પુટ હોય છે ત્યાં સુધી નાક પણ સાર કુચેલું દેખાય છે. પરંતુ આગળ જેવાં તે ઉતરતા નાનું થઇ લાગે છે. આની સ્થિતિ થાય છે ત્યારે વેગ ધણેજ વિકાસ પામેલો હોય છે. વિજાતીય દ્રવ્ય બ્યારે મરતક સુધી જતાં નથી ત્યારે તે મળા આગળ ભેગાં થઇ રહે છે અને ગળુ મોડું દેખાય છે અને ખમા નીચે મળાં હોય એવાં દેખાય છે.

માટે જ્યારે એવા નિષ્ક્રિય ઉપર આવીએ છીએ કે જે માણસનું શરીર પ્રથમ પુષ્ટિ વાળુ થાણુ હોય છે ત્યારેજ જેમનું શરીર કુચેલું દેખાય છે અને જેના શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યની પ્રતિ ઉપરની બાજુએ હોય છે તે માણસને આગળ જતાં ફેફસાં સંબંધી વિકાર થાય છે. જેમની અવસ્થા ઉપર લખ્યા પ્રમાણે હોય તેમણે વેળાસર હાથ કરવો એ ધણું ઉત્તમ છે. જે છોકરાની રોષ નાનપણમાં ઘણી મોટી હોય છે અને જે છોકરાને નાનપણ. માંથી કંઈનાજ હોય છે તેને આગળ જતા હાય થવાનો સંભવ નહે છે એમ સમજવું.

આ ક્ષયતું ખીજ માખાપો તરફથી જન્મ સાથે પ્રાપ્ત થાય છે કેવા નાનપણમાં થોડા જ ખાનપાન ન મળવાથી શરીરમાં ઉત્પન્ન થાય છે. બાળકોને નાનપણમાં કોઈ કોઈ વખતે એવા આપણે આપવામાં આવે છે કે તેથી પણ બાળકના શરીરમાં આવા ખીજની ઉત્પત્તિ થાય છે.

શરીરમાં એકાદ વિકાર ઉત્પન્ન કરીને શરીરમાંથી દૈવિક દ્રવ્ય બહાર કાઢી નાંખવાનું પ્રયત્ન આપણા શરીર તરફથી થતું ભાગે હમેશા ચાલુ રહે છે. સળેખમ, ઉધરસ એ વારત-વિક આ પૈકીનો જ પ્રકાર છે તથાપિ આ વિકાર વારંવાર થવા લાગે અથવા થવા પછી ધણા વખત સુધી ટકી રહે તો આગળ ક્ષય થવાનો ભય છે એમ સમજવું શરીરમાંથી દૈવિક દ્રવ્ય કાઢી નાખવાનો પ્રયત્ન આપણી પ્રકૃતિ તરફથી નાનપણમાં જોવા થાય છે તેવો મોટા થવા પછી થતો નથી. જ્યારે સંયમ આગલા ભાગમાં થયેલો હોય છે ત્યારે આ પ્રયત્ન પુષ્ટજ વર્ષ સુધી ધણા સિદ્ધિ પામે છે. તેથી જેમના આગલા ભાગમાં સંયમ થયો હોય એવા તેમને ક્ષય થવા છતાં પણ ધણા વર્ષ સુધી જીવે છે. પરંતુ જ્યારે સંયમ બાળ્યે અને ધણું કરી પૂઠ ભાગમાં ચાલે છે ત્યારે પ્રકૃતિનું બાળ દિવસે દિવસે કમી થતું હોવાથી ઉપર કહેલા પ્રકારનું પ્રયત્ન પ્રકૃતિ તરફથી ધણું કરી થતું નથી અને થાય છે તોપણ તેને ક્યારેય પણ મળે છે. આવી વખતે શરીરમાંથી દૈવિક દ્રવ્ય કાઢી નાંખવા માટે દાર તૈયાર કરવા માટે ગાંઠો (ગળવે) મણ, પીક અને છાતી ઉપર ફેલાવા થાય છે. આવા પ્રકારના વિકાર આપણથી દુરથી ન દેતાં તેના ઉપર જે યોગ્ય ઉપાય કરવામાં આવે તો આ દારમાંથી પરના રૂપથી દૈવિક દ્રવ્ય વહી જઈ સુધરતી જરો પરંતુ જેની પ્રકૃતિમાં બાળ કમી હોય તેના શરીરમાંથી વિઝનીય દ્રવ્યનો આ રીતે નિકાલ થતો નથી તેમના ફેફસાં આદિ ઇન્દ્રિયોમાં ગાંઠો થાય છે. ક્ષયમાં ફેફસાંમાં આવી ગાંઠો બને છે તેનું દારણ એજ હોય છે. આ ફેફસાંમાંની ગાંઠો એટલે ન પાકેલી એવી ગળવેય હોય છે. જેમની પ્રકૃતિમાં બાળ, તદ્દન કમી થઈ ગયું હોય તેવાનેજ આ વિકાર થાય છે.

આવી ગાંઠોથી ત્રાસ જણાતો નથી એટલે તે કેટલી હાનિકારક છે એ આપણા સમજવામાં આવતું નથી. આ વિકારથી આપણી મૂળ શારીરિક વ માનસિક શક્તિ ક્ષીણ થવા લાગે છે અને આ વાત આપણા સમજવામાં પણ આવે છે પરંતુ તેનાથી આપણને કંઈ શારીરિક પીડા બોગવવી પડતી નથી તેથી આપણું મન પાસે પાસે આવતું જાય છે એ આપણા સમજવામાં આવતું નથી.

સર્વ પ્રકારના ફેલાતા અને સોળે એવું દારણ ઉપર કહી ગયા 'પ્રમાણ' હોય છે. પછી તે વિકાર મૂળ વ્યાધિના મક્કા, મણ કેવા ગાંઠો ક્રિત્તાદિ ગમે તે રૂપે હોય. પ્લેગની ગાંઠોનું દારણ પણ તેજ છે.

પ્લેગ થયો છતાં જે ગાંઠો થાય છે તે પ્લેગનું વિષ શરીરમાંથી કાઢી નાંખવા માટે આપણી પ્રકૃતિએ કરેલું દારજ કહેવાય. પ્લેગના વિષથી શરીરમાં ચકિત એટલી ક્ષીણ થઈ જાય છે કે હમેશના માર્ગથી (મગ દારથી) શરીરમાંથી વિષ બહાર કાઢી નાંખવા અશક્ત થાય છે દારણ તે વિષનો નિકાલ કરવાને (પ્લેગની) ગાંઠો રૂપે દાર પ્રકૃતિને ઉત્પન્ન કરતું પડે છે.

સ્તનપિત થયાં પહેલાં પણ શરીરના અગ્રાવપનના (છેડાના) ભાગમાં ગાંઠો થાય

છે. સરીસતા ને ભાગ ઉપર ચામડીમાથી પરશેનો છુટતો નથી તે ભાગમાં આ ગાયે પ્રથમ થાય છે.

આવા પ્રકારની ગાંઠો શરીરમાં થી એ પ્રકૃતિમાં ઘણો ખિન્ના થવાનો અને પણ કમી થતું જવાનું લક્ષણ છે એટલે ગાંઠો દિવા મજુ રૂપી દારૂ ઉત્પન્ન કરીને શરીરમાં દોષિક દ્રવ્ય કાઢી નાંખવાનું સામંથ્ય ત્યારે શરીરમાં રહેતું નથી ત્યારે આ પ્રકારની ગાંઠો થાય છે.

ત્યાજે પૃથ્વ સંયમ અતિશય વધેયો હોય છે ત્યારે આના પ્રકારના લક્ષણો (ઉ-
પર કટેલા પ્રકારની ગાંઠો) ધણે ભાગે થાય છે. પરંતુ જ્યારે સંયમ રૂઠા આગલા
ભાગમાં થયેયો દેખાય છે ત્યારે શરીરમાંની તાકાત ધણી ટકી ન થવાથી આ લક્ષણો ઘણું
ટકી હોતા નથી.

જલોપચારથી પ્રકૃતિનું જળ વધ્યું કે આ ગારો પાકી જઈ તેના મણ થાય છે અને તેમાંથી સર્વ દોષિત દ્રવ્ય વહી જઈને પ્રકૃતિ સુધરવા લાગે છે.

એક માણસની આંખમાં કંઈ વિચાર થવાથી તેની દષ્ટિ જુઝ થવાની તૈયારીમાં હતી. તેના માથામાં કેટલીક ગાંઠો થઈ હતી અને તે દિવસે દિવસે વધવા લાગી હતી તેજે કુદ્દેની ચિકિત્સાલાયકા જોડાપચાર કરવાની શરૂઆત કર્યા પછી તેના જનને ગાંઠો ઉપર મોટી મોટી ગાંઠો થઈ અને તેમાંથી પુષ્કળ પડ વહી ગયું. ત્યાર પછી લાગુ પડતી તેની આંખની સ્થિતિમાં કુદ્દ પડવા લાગ્યો અને ચોથા દિવસમાં તેને સાર દેખાવા લાગ્યું.

એક ૨૦ વરસના બાલ્યસના હાથ ઉપર અને મોઢા ઉપર ઘણા મસા થયેના હતા અને આગળ જતા એક વાર ઉનાળામાં કંઈ નિમિત્તે તેને ઘણી વખત ઉઘાડી હવામાં ચાલવા અને ફરવાનું કારણ પડ્યું હતું તેથી કંઈ ઝાપઘ ન લેતાં છતાં પણ ઉઘાડી હવામાં ચાલવા કરવાથી રોગનો પ્રશ્ન પ્રતિકાર કરનાર સામર્થ્ય તેની પ્રકૃતિમાં આવ્યું. તેના એક હાથ ઉપર મોઢી ગાઢ થઈ અને તેમાંથી કટવાક આકારીઆ સુધી પર વધું. આગળ જતા તે શૂદ્ધરથના હાથ ઉપર અને મુખ ઉપરના મસા એની મેજે ચડી ગયા. આ પ્રમાણે બુદ્ધી તે હવામાં ચાલના અને કરવાથી એ શૂદ્ધરથની પ્રકૃતિમાં જન વધવાથી તેની પ્રકૃતિ તરફથીજ તેનો વિકાર નાશ પામ્યો.

[illegible]

પણ આવતો નથી. આગળ કહી ગયા હોય કે બીજા પુષ્કળ રોગો પ્રમાણે મહારોગ (ગંભીર) એ પણ તાવની જાનતોજ રોગ છે. મહારોગ થયો છતાં સરીરમાં શોષક દ્રવ્યની ગણિતે વેરી નાખી સરીર બાહર કાઢી નાખનારું પ્રયત્ન પ્રકૃતિ તરફથી ચાલતું હોય છે. આ વખતે

દોષિક દ્રવ્ય કાઢી નાંખવા માટે ગણ કિંવા નિદ્રધીરૂપી દ્વાર પ્રકૃતિથી ઉત્પન્ન કરી શકાય એટલે દોષિક દ્રવ્યની ગાડો વેરી નાંખી તે દ્વારથી નિકળા જાય છે અને મહારોગીની જે આમડી પહેલાં શુષ્ક, રક્તવર્ણ અને તગતગતી દેખાતી હોય છે તે નરમ પડે છે. અને તે માંના સૂક્ષ્મ રક્તો ખુલ્લા થાય છે. જ્યારે વણુ ઉત્પન્ન કરવાનું સામર્થ્ય પ્રકૃતિમાં હોતું નથી ત્યારે શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યની ગાડો મોટી મોટી થવા માડે છે અને છેવટે તે સુકાઈ જાય છે કિંવા તેમાંથી હાડકાં વણુ પડીને હાડકા સળવા માડે છે.

આવા મહારોગથી કેટલાક લોકોના સર્વ અવયવ સાંખિત હોય છે પરંતુ કેટલાંકના હાથ પગ સડતા હોય છે. કેટલાક તો અસ્થિ પિન્નર થઈ જાય છે. આવા લોકોની સારા થવાની આશા રહેતી નથી કારણ કે જ્યાં સુધી શરીર સડવાનો આરંભ થયો ન હોય અથવા દોષિક દ્રવ્ય સુકાઈ ગયા ન હોય ત્યાં સુધી મહારોગ સારો થવાનો સંભવ હોય છે.

મહારોગ એ અસાધ્ય છે એવું ડૉક્ટર લોકો માને છે પરંતુ આ તેમના અજ્ઞાન-પણાનો પરિણામ છે. આ રોગ કૃત્રિમ ઉપાયથી દાખી દેઈ જહારથી તે ન દેખાય તેવું કરવાનું પણ સામર્થ્ય ડૉક્ટરોમાં હોતું નથી. કારણ આ રોગમાં સર્વ શરીર વિજ્ઞતીય દ્રવ્યથી વ્યાપ્ત થયેલું હોય છે અને એક ભાગમાંના વિજ્ઞતીય દ્રવ્યને બીજા ભાગમાં જવાને મૂળમાંજ સવડ હોતી નથી તેથી આપધથી શરીરમાંના વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય એક ભાગમાંથી બીજા ભાગમાં ધાલી દેઈ રોગ જહારથી ન દેખાય તેવું કરવાની પણ હાથ આલાકી આ રોગમાં ડૉક્ટરોની આલી શકતી નથી. હવે આ રોગ સાંસર્ગિક છે અને દુઃસાધ્ય છે. તેથી એક રોગીના સાનિધ્યથી બીજા રોગીને રોગ ન થાય માટે ડૉક્ટર લોકો મહારોગીને તેના મૂળ માણુમો પામેથી ખસેડી ગાગ બાહર લેઈ જઈ રાખે છે ખગ, પરંતુ આ રોગનો પ્રસાર થવાનો છે તે થાય છેજ અને આ રોગ થવાના ભાવીનું બનિષ્ય ડૉક્ટરોથી આલેખી શકાતું નથી. અમુક જાતુ આ રોગના કારણ છે એવું ડૉક્ટર લોકો કહે છે પરંતુ શરીર વિજ્ઞતીય દ્રવ્યથી શીખા પર્યન્ત વ્યાપ્ત થાય છે ત્યારેજ આ રોગ થાય છે આ વાતનો વિચાર તે મૂળમાંજ કરતા નથી.

જે મનુષ્યને રૂપ પરીક્ષાં શાસ્ત્રનું જરા પણ જ્ઞાન હોય તેને આગળ થનારા મહારોગના લક્ષણ તરતજ સમજાઈ જાય છે. કારણ તેને મૂલૂમ હોય છે કે નમ્મથી શીખા પર્યન્ત મરોગ વિજ્ઞતીય દ્રવ્યથી વ્યાપ્ત થવા પછી આગળ મહારોગ થવાનો મંતવ હોય છે. આ પ્રમાણે આ શાસ્ત્રના યોગથી બાવી સંદેહ જાણવામાં આવે એટલે રોગીને વખતસર હમારો આપવાથી આગળ જતાં સંદેહ ટાળવાના ઉપાય તે લેઈ શકે.

કુલે એમના ઉપાય સતત કરવાથી પુષ્કળ મહારોગી કાળના જડ્યામાંથી છુટવાનો સંભવ છે.

કાયદો અને કોર્ટ.

મારા એક વકિલ બહુએ મને એક દિવસ કહ્યું કે ભારત વર્ષમાં અસંખ્ય ધર્મ, મંથ તથા ઉપવંથ હોવાને લીધે ધર્મદ્વારા દેશસેના કરવી કેદિયુ બદલે અસંભવિત છે, પણ જો કાયદાની સહાયતાથી એ કાર્ય કરવામાં આવે તો તેમાં કદાચ યથ મેળવવાની આશા રાખી શકાય. કારણ કે હિમાલયથી કન્યાકુમારી સુધી આખા દેશમાં આખા જુદા સર્વ ઉપર દિવાની તથા ફોજદારી કાયદાનો એક સરખી રીતે અમલ ચાલે છે. એના કહેવામાં મને કાંઈક મત્મ લાગ્યું. કાયદાની જાળમાં નાનાં મોટાં સર્વ પકડાયલા છે અને એનીજ સહાયતાથી સર્વ ખેતપોતાનો સ્વાથ્રે અને અધિકાર શોધી લે છે. એના ભાષી કાંઈ છેતરવાની હિમ્મત કરતું નથી તથા કોઈનાપર આવાચાર કરી શકતો નથી. કાયદો એક તત્ત્વથી પ્રભુત્વ રક્ષણ કરે છે અને બીજી તરફથી એની મન્યા વિનાઉપરને દેશકાર્ય પણ થાય છે. કાયદા અને કોર્ટ વિના અમાજ લય પામે અને કૌગ્રેમ કોનફરન્સ નામ પણ સામંજસમાં આવે નહિ. આ દેશનો સુશિક્ષિત વર્ગ કાયદાની સેવામાં જીવન અર્પણ કરવા ચેતવતું સર્વ ધન ખર્ચી વકિલ અથવા બારીસ્ટરની પરીક્ષા પનાર કરના સતત તત્પર હોય છે તેનું કારણ એ છે જે વકિલાત કરવાની સન મેળખ્યા વિના દેશકાર્ય કરવાનો તામ્રપટ મળતો નથી. કૌગ્રેસ, કોનફરન્સ પ્રભુત્તિ અને દેશહિતકારીણી સરચાઓના યુગ્ય કાર્યસહમ આ વર્ગના માણસો હોય છે. કાયદાનો ભગ કર્યા વિના દેશહિત કરવાનો માર્ગ એઓ બનાવે છે. આપણે તો ફક્ત એ માર્ગના પથિક છીએ.

કાયદાના પંજામાં સપડાયેલા એકદમ છુટી શક્તિ નથી. કેટલીક વખત આપણા સ્વદેશાભિમાની વકિલો, અમલદારો ઉપર કાયદાની સેહ પાડી ધીરે ધીરે દેશને મારે હક સંપાદન કરે છે.

આ કારણોને લીધે દેશહિતકારી વકિલ અને બારીસ્ટર પ્રત્યે મારો પક્ષપાત છે. એ વર્ગના નેતાઓ દેશકાર્ય ક્ષેત્રમાં કેવા બળથી કાર્ય કરે છે તે સ્વચ્છુએ જોવાની ઇચ્છા થવાથી હું એક વખત નેશનલ કૌગ્રેસ બેલા મળે તે વખતે યુગરાતમાં કૌગ્રેસ ભાગઈ હતી. સભા મંડપની રચના જોઈ કવિ પ્રેમાનંદનું દમયંતી સ્વયંવરનું વર્ણન મને યાદ આવ્યું. ચોતરફ લાલપતાકા, શ્વેતપતાકા, ખીતપતાકા અને એ સર્વ મંચે સુનિયમ રોક પતપત કરતો ફરફરતો હતો. દેશના પ્રત્યેક ભાગમાંથી નાનાંવિધ યુક્ટધારી, નિધિવિધ વર્ણના પતિનિધિઓ, દીદ્ર, અદ્ર, વાણ, વરણ, ચમ તથા અગ્નિની માફક સમા ઉજ્જવલિત કરી બી-પતિનિધિઓ, દીદ્ર, અદ્ર, વાણ, વરણ, ચમ તથા અગ્નિની માફક સમા ઉજ્જવલિત કરી બી-સંખ્યા હતા. સંખ્યાના પતિ થવા બગદેશ નિવાસી એક રિખ્યાત વકિલ હતા થયા કે તરતજ મહારાષ્ટ્રવાસી શ્રીયુત મહાત્મે તેમની આશા ભગ કરી ખસો ઠોઠી લદવાને આગળ પડ્યા. વરમાળાની આ લકાઇમાં સમારથાને ભયકર રણસેનનું રૂપ પકડ્યું. તે વખતે મને કાપડુગના દ્રીપદી સ્વયંવરનું સ્મરણ થયું. દેશના પ્રખ્યાત વકિલ બારીસ્ટરો તથા તેમના અનુયાયીઓ બગવાસી કાયરથતો પક્ષ લઈ અસ્થ ધારણ કરી સન્ન થયા. આખરે તેઓ એકત્ર થઈ કૌગ્રેસ કુમારિકાનું હરણ કરી ગયા. દ્રીપદી સ્વયંવરને બદલે મોખરા હરણનું નાટક બજવાયું. દરિદ્ર બાલણ મહાત્મેના પંથ આંશાભંગ થઈ વિષેરાઈ ગયો. આ સંજો-

મમાં વકિલ વર્ગનો જય થયેલો જોઈ મારી ખાતી થઈ કે દેશદિતકાર્ય કરવાનો અધિકાર ફક્ત એમનોજ છે.

હવે હું જાહેર રીતે વકિલ મંડળમાં દાખલ થયો. વકિલ અથવા ખારીસ્ટરની પરીક્ષા પાસ કરેલી નહિ હોવાથી તેઓની માફક જાઓ પહેરવાનો મને અધિકાર પ્રાપ્તિ થયો નહોતો તોપણ તેમને માટે હુંકો ચલમ-ભરી તેમની સેવા કરવાની મારામાં પૂરું ચોગ્યતા હતી. આથી હું એમના ઘણા સંબંધમાં આવવા લાગ્યો. ધીરે ધીરે નેશનલ ફંડના-નાણાં ઉધરાવવાનું કામ મને સોંપવામાં આવ્યું. વખતોવખત સભા, સમિતિની જાહેરખબરો વહેંચી દેશસેવા કરતો. મને જે હુકમ કરવામાં આવતો તે હું ધણી ખુશીથી બનવતો.

વકિલ મંડળના થોડા દિવસના પરિચય ઉપરથી મને માલમ પડ્યું કે ન્યાય-દેવીના પ્રતાપથી આ દેશના સર્વ શ્રેણીના લોક ઉપર એઓએ જોક એવી વિચિત્ર મોહબળ પ્રસારેલી છે કે એમના વચન પ્રમાણભૂત ગણાય છે. એક દિવસ બે માણસ ઇશ્વરના અસ્તિત્વ સંબંધી વાદવિવાદ કરતા હતા. એકે કહ્યું કે ઇશ્વરનું અસ્તિત્વ હું માનતો નથી. બીજાએ કહ્યું કે હું એ માનું છું. કેટલોક સમય લાંબો વિતરણાવાદ ચાલ્યા પછી બેમાંના એકે બીજાને કહ્યું કે તમે વ્યર્થ તર્કવિતર્ક કરો છો. હાઈકોર્ટના એક શ્રેષ્ઠ અને માનવતા વકિલ સાહેબ દહે છે કે આ જગતમાં ઇશ્વર નથી જેથી એનું અસ્તિત્વ કદીપણ સંભવે નહિ. આ મોબળી બીજાને નિરૂત્તર થયો. બાઇબલમાં કહ્યું છે કે “In the beginning was the word. સૃષ્ટિ આરંભે પ્રથમ નાદ હતો, the word was with God નાદ ઇશ્વર સંગે હતો, the word was God અને નાદ ઇશ્વર હતો. આ બાઇબલના મંત્રની વકિલાતના ધંધામાં સાધના કરતાં કરતાં વાકસિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે. એવા વાકસિદ્ધ વકિલના મુખમાંથી ઇશ્વર ભસ્મિભૂત થવાનાં વચન નિકળે એમાં શી નવાઈ!

ધીરે ધીરે વકિલના પ્રધાન કર્મક્ષેત્ર અદાલતમાં જવા આવવાનું શરૂ કર્યું. અદાલત આ યુગનું મહાતીર્થ-બીજ પ્રયાગ છે. અહિં દિંદુ, મુસલમાન અને ખ્રિસ્તિ એ ત્રણેનો, ગંગા યમુના અને સરસ્વતીની માફક, અપૂર્વ સંગમ થાય છે. આં તીર્થમાં વકિલ અને મુખત્યાર રૂપી પંડ્યાઓ કાયદારૂપી એકજ અભ્રધી જાત અને વર્ણનો બેદબાવ રાખ્યા વિના સર્વનું એક સરખી રીતે મુંડન કરી જાતિ એકયતા વધારવામાં સદાયતા આપે છે. કોર્ટ દરબાર ચક્રવાતી લતવાળો અસીસ સપાટામાં આવ્યો કે તરતજ મુખત્યાર મહાશય “તહેમતદારે મને ઘોસ લપડાક તથા લાકડીથી સખત માર મારી મારી વ્યથા કરી છે, ગાળ દઈ ગાંઠે અપમાન કર્યું છે, જેથી જોને ચોગ્ય શિક્ષા કોર્ટ ફરમાવશે.” એવી મતલબની કાયમ કસાની અરજી લખી કોર્ટમાં રજુ કરે છે. પરંતુ અર્થાભાવે સોંકરે નબ્લાણું મુકરદમા જીજું, રોગીટ ગર્મની માફક ઉરમાંજ નાચ પામે છે. આખરે સવાચાર આનાનો ખર્ચ કરી “ગોમના ચાર પાંચ પ્રતિષ્ઠિત લોકો વચમાં પડી ટંટાનો નિવેડો આણ્યો છે.” એવી મતલબનું રાજ નાચું રજુ થાય છે. રાજમાર્ગ ઉપર મળમૂત્ર ત્યાગ કરવા માટે દિપદ મનુષ્યને દંડ કરવામાં આવે છે. પાનુ રાકટવાહી અથ-ગવાદિ સકળ ચતુષ્પદ પ્રાણી રાજમાર્ગ ઉપર પવન જેટલો મળ અને પડો ભરાય એટલું મૂત્ર ત્યાગ કરે તોપણ તેમને કાંઈ પશુ શિક્ષા કરવામાં આવતી નથી. કાયદાનું આ કેવું ધૈન્ય ? સર્વને સરખી નજરે જોવાર ન્યાય દેવીના રાજ્યમાં આ કેટલો પડાપાત અને અન્યાય ?

કુર્બાન પરવસે એક વખત હું હાઇકોર્ટ જોવા ગયો. સર્વ અધ્યક્તામા જેમ હાઇકોર્ટ ઉચ્ચ તેમજ સર્વ ન્યાયમંદિરોના મહાન કરતા આ ન્યાયમંદિરનું મહાન પશુ ઉચ્ચ અને ભવ્ય છે. એમાં ન્યાય આપવાના કેટલાક ખડો હોય છે અને પ્રત્યેક ખડોમાં એક, અથવા કોઈ કોઈ વખત, એકથી વધારે ન્યાયાધીશ બેસે છે. ફરતો ફરતો હું એક ખડો આગમ ગયો જેમાં પાંચ ન્યાયાધીશ બેઠેલા હતા. તપાસ કરતાં માલમ પડ્યું કે એને કુલમેચ કહે છે. વકિલ, એટરની, બારીસ્ટર, આરડરલી, વકિલના કારકુન, પટાચાજા અને પોલીસથી આ ન્યાયમંદિર દીપી રહ્યું હતું. આ મંદિરમાં એક લાયબ્રેરી ઉરે વાચનાયમ હોય છે. અન્ય-વાંચનાલયમાં ફક્ત વાચવાની-વાતચીત કરવાની નકિ-પરનાનગી હોય છે. પશુ આ વાંચનાલયમા આ, કાશી, ચીરટ, દીશીન તથા ગપ્પા સપ્પા મારવાની વ્યવસ્થા તરફ વધારે ધ્યાન આપવામાં આવે છે. હાઇકોર્ટના દેસલા પ્રમાણુભૂત (ruling) મણાય છે. જેમ જેમ કાળ વ્યતિત થાય છે તેમ તેમ આ rulingની પોથી મ્હોળી થતો જાય છે. કાવ-કમે આ પોથી કેટલી મ્હોટી થશે તે તો અંતર્યામી જાણે. નીચલી કોર્ટના જગ ઉપર સેડ પાડી તેમને મ્હાત કરી પોતાનું કામ કાઢી લેવામા હિસ્સા વકિલે આ rulingનો ઉપયોગ કરે છે.

હાઇકોર્ટનાં કેસ લડતા અન્ય કોર્ટો કરતાં વધારે ખર્ચ થાય છે અહિં પ્રત્યેક પરે દક્ષિણ આપની પટે છે. અહિંની ધુળ પણ જાણે અર્થને માટે મ્હોં નિકાસીને પટેલી હોય એવો ભાસ થાય છે. ખારીસ્ટરની શ્રી રૂપીઆથી ગણાતી નથી, પણ પદર રૂપીઆની એક મ્હોર એ હિસાબે ગીનીમાં ગણાય છે. અમુક ખારીસ્ટરની શ્રી અમુક રૂપીઆથી નહિ પણ અમુક ગીનીથી ડરવાયાના આવે છે. આ ઉપરથી એમ જણાય છે કે નો કે સરિષ ભારત-વર્ષમાં મોનાતુ ચલણ ધામન કરવું સુસ્ત્રેલ છે તોપણ હાઇકોર્ટના વક્તિ ખારીસ્ટરના મહેલમાં એનું પૂર્ણ ચલણ છે. એની રેલડેલ ચાલી રહી છે. એવી દલખા ચાલે છે કે રામચુની સુવર્ણ લંકા સમુદ્રમાં ઢુળી મન છે. પણ કલિયુગમાં એ લંકા હાઇકોર્ટના ખારીસ્ટરના મહેલ રૂપે પાછી પ્રગટ થઇ છે.

[illegible]

તે પરથી હોઠે બગાડી હું ડોરડે ચઢ્યો. નીચલી કોર્ટમાં મારી વિરુદ્ધ ફેસલો થયો. મારો

કેસ લૂંટો હતો તોપણ, આથી નાસીપાસ ન થતો ભારી નષ્ટ થઈ જતી સંપત્તિમાંથી જે કાંઈ થોડું ધણું રહ્યું હતું તે એકદુરં કરી સારો વટિકા રોષ્ટ્રી હાથકાટમાં અપીલ દાખલ કરાવવાનો નિશ્ચય કર્યો. મારા કેસમાં કાંઈ માલ નહોતો તેથી નામાંકિત વટિકા રોક્યા વગર છૂટકો નહોતો. પણ મ્હોટા વટિકાતું મ્હોટું પેટ અને તે પુરવાને મ્હોટી રકમ નોંધ્યો. ભારી પાસે પુછી જુટી હતી તેથી પેટી, કપાટ, અલભારી વિગેરેનાં ખુણાં ખોલ્યાં તપાસવા માંડ્યાં તો તેમાંથી આખો જન્મારો સરકાર દરખાસ ચઢી મહામુલ્યે મેળવેલી અરજી, જુગાની અને ફેંસલાની નકલોના જીર્ણ થઈ ગયેલા કાગળોના ઢગલે ઢગલા મળી આવ્યા પણ મને તેમાંથી એક પાંખ સરખી જડી નહિ. આ અમલ માલની કિંમત ફક્ત કાચા શાસ્ત્રીજી જાણે. ચોર તથા ઘાડપાડુને મન તો એ કોડી કિંમતના તેથી તેઓ ગૃહસ્થના ઘરમાંથી પેટી પટારા ફાડી ફક્ત પૈસાજ લાઇ જાય છે, પણ કાગળ પત્ર તો ત્યાંના ત્યાં જ રહેવા દે છે.

“આ કાગળોના ઢગલામાંથી કેટલાક કપીટા પાંખ ગયેલા વગર વપરાયલા સ્ટાંપના કાગળો જડી આવ્યા. એ વેચી કાંઈ પૈસા મળે તો વટિકાની શીની ભરતી થાય એમ મારી એ બધા કાગળો એક સ્ટાંપવેન્ડર પાસે લઇ ગયો. તેણે કહ્યું કે “એ બધા સ્ટાંપો મુક્ત બહારના થઇ ગયા હોવાથી સરકાર તરફથી એના પૈસા તમને પાછા મળી શકે એમ નથી. પણ તમે એ સ્ટાંપ તમારી પાસે સાચવીને રાખો. ખોટા દસ્તાવેજ બનાવનારાઓને એ ઘણાજ કામના છે. તેઓ ખુશીથી તમારી પાસેથી ખીસ, ખચીસ પટ કીંમત આપી ખરીદશે. અદાલતમાં અરજી કરી વટિકાની મદદથી કેસ જીતવા મિત્રાય બીજું કાંઈ હું જાણુતો નહોતો તેથી ખોટા દસ્તાવેજ કરવા સંબંધી વાત સાંભળી એવા ચુન્ના કરનારાઓથી સાત ગાઉ દૂર રહેવાનો નિશ્ચય કરી, સ્ટાંપવેન્ડર વધારે બોલવા જતો હતો તે તરફ આગ કાન કરી હું ત્યાંથી ચાલ્યો ગયો. આખરે ઘેરાં છોકરાંના ઘરેણાંમાંથી વેચી એક દુરીઆર બારીસ્ટર રોક્યો. કારણકે એ અપીલનો છેલ્લો “આન્સ” હતો. જે દિવસે મારી અપીલની સુનાવણી હતી તે દિવસે મારા કમનસીબે મારા બારીસ્ટર સાહેબ એક મ્હોટા અગત્યના કેસમાં રોકાયેલા હોવાથી મારો કેસ એમણે એક જુનીઅર બારીસ્ટરને સોંપ્યો. એણે અપીલ દાખલ કરાવવાને ઘણાં કાંઈ માંચી પણ આખરે નિકાલ મારી વિરલ થયો.

“અપીલ નામંજુર થઈ સાંભળી મારા તો હાંબજ ગગડી ગયા. મેં મારી શી પાછી માગી પણ બારીસ્ટરે તે આપી નહિ. એ પાછી આપવાને બંધાયેલો નથી. મેં કહ્યું કે માનનીય ન્યાયાધીશે અરજી નામંજુર કરી તો ખજી શીના પૈસા પાછા કેમ નહિ મળે. બધા પૈસા પાછા નહિ આપે તો કાંઈ હરકત નહિ પણ સેન્ટે જે ચાર રકમ કાપી લઇ બાકીના પૈસા તો પાછા આપે. વકિલે જવાબ આપ્યો કે શીના પૈસા પાછા આપવાની વિભાજ નથી. આ જવાબ સાંભળી માફે લોહી ઉડી ગયું. મેં પાછું કરગરિને કહ્યું કે જો એ પૈસા નહિ મળે તો હું રસ્તામાં ફરવા બીખારીના જેવી કંગાલ અવસ્થામાં આવી જઈશ માટે તે મેળવવાને માટે હાથકાટમાં અરજી કરી પાડશે. માફે કહેવું સાંભળી બારીસ્ટર સાહેબ ખડખડ હસ્યા અને મને વિદાય કર્યો. અરજી વખતે આપવાને મેં ઘણા વકિલોને આજીજી કરી પણ મારી દીન અવસ્થા નોંધ એકતું પણ અંતઃકરણ પીગયું નહિ. જેની પાસે જાડું તેની પાસેથી એકજ જવાબ મળે કે આવી અરજી કરવાનું કાયદામાં ફરમાન

નથી. " હિન્દુત્વ સાહે જ્ઞાન ધરાવનાર એક આલેશ વધિકને મારી 'ધર્મ' ઉપા નિરેહન કરી એની સલાહ માગી. એણે પ્રાચીન ધર્મશાસ્ત્રનાં પાનાં ઉઘડાવી "માર્ગે દુષ્ટનં વનં વ્રજેત્" એ શ્લોક પ્રકૃતિ સ્ત્રા કરી, એને આધારે વાતપરચ લેવાની મને સલાહ આપી. આ સલાહ મારે મળે હતી નહિ.

“ છેવટે નાસીપાસ થઈ મેં મારી જાતે એક અરજ લખી હાઇકોર્ટમાં જઈ કુલ
જેન્મના કલાઈના હાથમાં તે મુકી. અરજ વાંચી ક્યારેં પુરુષ કે તમારા વકિલ કયા છે ?
મેં કહ્યું મારા વકિલ જાને હાજર થઈ એ અરજ દાખલ કરાવતા રાજ નથી તેથી હું
પોતે એ અરજ લખીને આવ્યો છું. માફ કરેવું સાંભળી મારા પર દયા લાવવાને બદલે
એણે તે નિસ્કારપૂર્વક ફેંટી દીધી. મારી આંખમાં પાણી ભરાઈ આવ્યું અને દરખાસ્ત
દાખલ કરાવવાને અસહ્ય કરતા લાગ્યો. જે વ કલાઈને લાગુ કે વધારે ધોંઘાટ થશે તેથી
મસારો કરી ઓરડાનીને બોલાવ્યો, જેણે મને ગળતી પકડી બહાર કાઢી મુક્યો. બહાર
આવી બાસણા આગળ ઉભો રહી “ મારે અરજ આપવી છે ” “ મારે અરજ આપવી
છે. ” એમ જૂમ પાડતા લાગ્યો. આ જૂમ સાંભળી આસપાસના લોકો એકાઠા થઈ ગયા.
હોહા થતી-જેમ સારજી આવી અમને સરને અર્ચન આપી નીચે હાંથી કાઢ્યા. તે
દિવસથી હાઇકોર્ટમાં જવાનું મારું જંબ થયું.

“તે દિવસથી અરણ્ય ગતવામા રાખી હાથકોર્ટના દરવાજા આગળ ઉભો રહી આ-
કાંચ તરફ ઉંચી નજર કરી કોર્ટ સન્મુખ મારી અરણ્ય ખોલી જઈ” છું. લોકોને એમ લાગે
છે કે માઈ મગજ ખસી ગયું છે અને હું અર્થ વગરનું બળકડું છું. રોજના અભ્યાસ પ્રમાણે
આજે પણ હું અહિં આગ્યો છું. મેં પુણ્ય કે અહિં આવી રોજ તમારો વખત સા માટે
નકામો થામાનો છો ? એણે ઉત્તર આપ્યો કે અહિં આવવાથી મારો વખત આનંદમાં
જાય છે અને શરીર આરોગ્ય રહે છે. અદાસતી શુદ્ધ હવા મન તથા દેહને પુષ્ટિકરક
હોય છે. અહિંની હવામાં એક એવો અઘૌઘૌકિય શુદ્ધ છે કે જોનાથી અગ્નિમાંથી જન્મી રહે
છે. કોર્ટમાં ફરીઆદ કરવાની જોને લત લાગી હોય છે તેને ત્યાં ગયા વિના એન પડતું
નથી; તેનું ખાધું પગતું નથી. જોથીજ અદાસતમાં કામ કરનારાઓની વહવાશિ ધણીજ
મદદિત હોય છે.”

પ્રદિત હોય છે. -
ભારતવર્ષમાં કોઈના કષ્ટગાઓ ખડું વધી પડ્યા છે એ સુપ્રસિદ્ધ છે. ઉપર દહેણા જરણિ પ્રદિત કરવા શિષ્યાય બીજા અનેક કારણોને લીધે લોકો કોઈ ચરે છે. યોગેડની સરતમાં હજીએ માથુસો એકકા થાય છે. તેનું કારણ શું ? અરીથુ અને રેનો સદો કરવા ની શા કારણથી ઘણાને લત લાગતી હશે ? સદો રમવામાં એક ધેવજ છે, એક વિશેષ આકર્ષણશક્તિ છે. હંડ થાય તોપણ જુગારી જુગારી રમવાનું હોડનો નથી. તેજ પ્રમાણે ડોરેમાં કષ્ટઆ' લદવાની પણ એક એવીજ આકર્ષણ શક્તિ છે. આશાની જગમાં જુગારી પોતાનું સર્વસ્વ ગુમાવે છે. અદ્યક્ષત પણ આશાભેદિનીની લીલા ભૂમિ છે. એ મોદિની વાદી અને પ્રતિવાદી બંનેના કાનમાં મગ કુંકે છે કે તમે મુનમદ કોરેમાં હાર્યા નથી તમને એમ લાગે છે કે તમારા મુકરદમામાં કંઈ દમ નથી પણ એ તમારું કારણ બૂલમરફું છે કારણ કે મુકરદમાનો નિકાલ હમેશાં અનિશ્ચિત હોય છે. મેશન્સ કોરેમાં અપીન કરો તો કદાચ હુંક મનાયું તમારી તરફેણમાં થાય. જજ સાહેબ માયાણ, ન્યાયપ્રિય અને શાન્ત રસનાવના છે.

વદિલોનું કહેલું મન દબને સાંભળે છે. એક વિદ્વાન વદિલ મારફત કેસ લઢશો તો તમે ખચીત જીતશો. પણ એક વાત ખાસ ધ્યાનમાં રાખવી કે સામા પક્ષવાળો હાઇકોર્ટમાં અપીલ કરશે. બનતા સુધી તો પોષ્ટન્ટને અભાવે એવી અપીલ દાખલ નહિ થાય પણ જો તમારા કમનસીબે એ દાખલ કરવામાં આવે અને નિઠાલ તમાગ પ્રતિપક્ષીની તરફેણમાં થાય તોપણ બર્ટીસ મેરીમેન સાહેબની કુલબંચ તો છેજ. ત્યાં તમે ખચીત જીતવાનાજ કારણ કે બર્ટીસ મેરીમેન સાહેબ બનતા સુધી નીચલી કોર્ટના ફેસલા બહાલ રાખે છે. પણ જો કદાચ દુર્ભાગ્યક્રમે કુલબંચમાં તમારો શુક્રવાર ન વળે તો પછી remand માગવું અને તેમાં જો ન શક્યા તો પછી પ્રીવીફોન્સિલમાં અપીલ કરતાં કોણ અટકાવે એમ છે. વિભાગતના લોયરો બહુજ કામેલ હોય છે. તેઓ “ ઇન્ક્વીર લો ”ના બ્યારીક મુદ્દા કાઢી તમારી તરફેણમાં ન્યાય કરાવી આપશે. વળી આજકાલ પ્રીવીફોન્સિલમાં હાઇકોર્ટના ફેસલા ફરી જાય છે.”

સતયુગમાં વાગિશા સરસ્વતીદેવીએ મહર્ષિ વારિમકની જીવ્હા ઉપર વાસ કર્યો હતો. કલિયુગમાં એ દેવી આશા મોહિનીનું રૂપ ધારણ કરી વદિલોના કંઠ ઉપર બીરાજે છે. એની વાક્યજળમાં પકડાયેલો અસીલ કેમે કરી જાગ તોડી વિમુક્ત થઈ શકતો નથી.

દશર પ્રણિત નિયમોનો અમલ સ્વર્ગ અને નરકમાં ચાલે છે, પૃથ્વી પર નહિ. એની આગાનું પાલન અથવા ઉલ્લંઘન કરનારને સ્વર્ગ પ્રાપ્ત કરી સુખ ભોગવવા અથવા નરક યાત્રાનાને માટે મૃત્યુની રાહ જોવી પડે છે. પણ સરકારી કાયદો ભંગ કરનારને તાત્કાલિક ફજ પ્રાપ્ત થઈ કારાગૃહમાં નિવાસ કરવો પડે છે. મને લાગે છે કે દશરની ઉત્કાન્તિ બધ થઈ છે. કારણ કે એના નિયમોનું પરિવર્તન થવું બંધ થયું છે. આ ઉપરથી એમ જણાય છે કે એજ જીવન શક્તિ નષ્ટ થતી જાય છે. મનુષ્યકૃત કાયદો આ દોષથી મુક્ત છે; એમાં અદર્શિશ ફેરફાર થયા કરે છે, એનાં પર ઉન્નતિનો સ્વરૂપ પડેલો છે. લગભગ દોઢસો વર્ષ ઉપર ખોટો દસ્તાવેજ કરવા માટે નંદુમારને ફાંસીની શિક્ષા કરવામાં આવી હતી. હાલ એવા અપરાધને માટે ફજ કેદની શિક્ષા કરવામાં આવે છે. દોઢ સૈકામાં મનુષ્યકૃત કાયદામાં કેટલો અંતર પડ્યો ! !

વળી હાલના સમયમાં ન્યાયાધીશો પણ અસંખ્ય છે. સૌ પોતપોતાની રૂમિ અને પ્રકૃતિ પ્રમાણે કાયદાના જુદા જુદા અર્થ કરી ન્યાય કરે છે. એક ન્યાયાધીશ વેગળ ચોરનારને છ માસની સજાત કેદની શિક્ષા કરે છે તો બીજો વિશ્વસનિય પુરાવાના અભાવે ખુનીને છોડી મુકે છે. નાના વિધ વર્ષોને લીધે સદિ સૈદ્ધર્થમાં જેમ વૃદ્ધિ થાય છે તેમ ન્યાય વૈચિત્ર્યને લીધે મનુષ્યકૃત કાયદાનાં ગૌરવ અને મહિમા વૃદ્ધિ પામ્યા છે. સ્વમાન પ્રિય વદિલવર્ગ કાયદાનું મહત્વ પધારવાના કાર્યમાં સહાયભૂત થઈ પોતાને ધન્ય ધન્ય માને છે. સાધારણ સુખાચાર જો તહોખતદારને છોડાવવાને અસમર્થ માલમ પડે તો મ્હોટી અદાલતનો મ્હોટો વદિલ કદાચ તેને મુક્ત કરાવે એટલુંજ નહિ પણ ફરીઆદી ઉપર રૂ.૨૧મી દલમ પ્રમાણે ખોટી ફરીઆદ કર્યાનો આરોપ મુકી તેને કાયદાની જાળમાં પકડી શકે છે.

અસંભવિત-અનાપ સંભવિત કરી ખતાવનાર વદિલમાં નિશ્ચય કષ્ટદી અંશ હોવો જોઈએ. મુધરેલા દેશની અદાલતોમાં એમનો વિના કામ ચાલતું નથી. પૂર્વે બ્રહ્મદેશમાં એમનો પગપેસારો ચલેલો નહિ તેથી એ દેશ જંગલી કહેવાતો. પણ હાલમાં એ દેશનું નસીબ ઉપશ્ય છે. ત્યાં પણ સુધરેલી પદ્ધતિની અગત્યનો સ્થાપવામાં આવી છે અને એ

દેશના વટહુકમ rulings નું પુરતક પરત જોઈતું મોકલું થયું છે. ધણી નીન પદનીધર વકિલો ચરી ખાવાને નવા હેતુની શોધમાં રશ્ન તરફ પોતાની દૃષ્ટિ ફેંકે છે. અલદેશ ઉપર જો કાયદાનો સકંજો ફગા મોકલે તો એ દેશનિવાસીઓનું નસીમ ખુશી જગે કારણ કે દામખાગના કાયદા પ્રમાણે વાદી અને પ્રતિવાદીની મીલકતના છેવટના માલિક બને પક્ષના વકિલો હોય છે. એવું સામાન્યમાં આવ્યું છે કે એક મોટી મીલકતની માલિકી માટે બે જાગીરદારો વચ્ચે તકરાર થઈ અને મામલો કોર્ટ ચડ્યો. એ પક્ષ તરફથી જૉન્સની બારીસ્ટર અને બીજા પક્ષ તરફથી એડવોકેટ જનરલને રોકવામાં આવ્યા હતાં. ધણી દિવસ મુકરમો આપ્યા પછી એક દિવસ ન્યાયાધીશે પ્રશ્ન પુછ્યો કે આ મીલકતનો છેવટનો માલિક કોણ ? એડવોકેટ જનરલે ઉત્તર આપ્યો કે જો કેસ હજી થોડો વખત લંગાય તો આખી મીલકતના છેવટના માલિક મી. જૉન્સની અને હું બે થઈએ.

વકિલો ન્યાયની અદાલતના આધાર સ્તંભ છે છતાં પણ અધિકારી વર્ગ એમની તમ્મ ગદાની દૃષ્ટિથી જુએ છે. કારણ કે તેઓ એમ માને છે કે ફરેક દેશી વકિલમાં દોહ-ભાવ ગુપ્ત રીતે નિવાસ કરે છે. અધિકારી વર્ગનું આ અનુમાન ભુલભરેલું છે. ન્યાયમંદિરની કૃપાથી દેશની સર્વ સંપત્તિ વકિલ બારીસ્ટરના નવમાં આવીને પડે છે. તેથી તેઓ સર્વદા કાયમનો વાક્યો કાયદા અને કોર્ટનું ચિર આયુષ્ય ઇચ્છે છે. નીન પદનીધર વકિલ વ્યવમાયના અમાને કેટલીક વખત રસેશી મુકરમો લે છે અને એવા સમયમાં એની સરકાર તરફ ઝાઝી ભક્તિ હોતી નથી. પણ જેમ જેમ એ ધધામા ફાવે છે અને એવું ભાગ્ય ખુલે છે તેમ તેમ એના અંતરના વિચારમાં પરિવર્તન થાય છે. દરરોજ અગીઆરથી પાંચ વાગતાં સુધી ન્યાયમંદિરમાં your honour, my Lord ત્રિગેરે ભક્તિ પ્રદર્શિત વાકોચ્ચારની સગે સગે સરકારી સીકા, નોટ, અને લોન ઉપર આસક્તિ ઉપજે છે અને ક્રમે ક્રમે એ આસક્તિ આધેય ઉપરથી આધાર ઉપર જાય છે. સ્વદેશાભિમાન એ બાહોશ વકિલોનું રાજભક્તિનું પ્રથમ સોપાન છે. એઓ ખાત્રીથી જાણે છે કે જ્યાં સુધી કાયદો હયાત છે ત્યાં સુધી સમાજ ઉપર તેમનો અશ્વય અધિકાર છે અને " વકિલરાજ " નિષ્કટક ચાલવાનું. એમને ગળદ્રોહી થવું પરવડે નહિ કારણ કે તેમ કરે તો પોતાના પમપરજ કુંડાડો મારવા જેવું થાય. કોઇ કોઇ વખત તેઓ અધિકારી વર્ગ સાથે રાજનૈતિક કલકમાં ઉતરે છે પણ એ તો પતિ પત્નીના પ્રણય કલક જેવો હોય છે. યોગી રીસામણા મનામણા થઈ આખરે તેનો અંત આવે છે.*

બુદ્ધિમંદશા. "દુસાઈ."

આપણાં અનાથ આશ્રમો.

(લેખક:—ખટશંકર ગીરધરલાલ મહેતા.

જાન. સેક્રેટરી. હિન્દુ અનાથાશ્રમ-નડીઆદ.)

અનાથ કોણ.

“ અનાથ કોણ ” તે સંબંધે લખેય લેખની આ પૂરવણી છે. અનાથ રક્ષા એ સમાજ સેવાનો એક વિભાગ છે. અને સમાજ સેવાનાં કાર્ય કરનારને તે વિષય જ્ઞાનની કેટલી અત્યાવશ્યકતા છે, તે જણાવી તે પછી ચાલતા “ અનાથ કોણ ” એ વિષયને હાથ ધરવો સારો.

સફળ કાર્ય કરનારને માટે (૧) લાગણી, (૨) શાસ્ત્રીય જ્ઞાન, એ બેની જરૂર હોય છે, અને વિષય જેમ મહત્વનો અને મહેનતનો તેમ ત્વેર્ગાં આ બે વાનાંની વિશેષ જરૂર પડે છે. આ કારણે સમાજ સેવાના વિષય માટે ચિકિત્સામાં, ન્યુયોર્કમાં કે યુરોપમાં અનેક શાળાઓ હોય છે, અને તેના ગ્રેન્ટ્યુઓ તે કામને માટે પસંદગી મેળવે છે. અને આપણે પણ તેવું કંઈ શાસ્ત્રીય જ્ઞાન સંપાદન કરવા યત્ન ન કરીએ તો આપણાં આશ્રમોના ચાલકો ભૂલો દ્વારા અનુભવ મેળવે અને ત્યાં સુધી તો શ્રીયુત મહાત્મા ગાંધીજી કહે છે તેમ આપણાં આશ્રમો “ નિર્ણય ” રહે.

અનાથ સેવાના કાયદા ધડવામાં આપણી ઇન્ડિયન સરકારે પણ ત્વેર્ગી ભૂલો જુના વખતમાં દરેલી અને તેથી તે સંબંધમાં મી. એફ. સી. મોન્ટેગ્યુ પોતાની પુસ્તક લો નામની ચોપડીમાં નીચેની મતલબજી લખે છે:—

“ અનાથ દશાના નિવારણાર્થે જે જુના કાયદા હતા, તે કાયદા વિષય જ્ઞાનના અભાવે, શુદ્ધિમાન માણસો પણ સમાજના ઝીણા સવાસના નિર્ણય કરવાનું માયે લે, તેથી શુ તુક-જ્ઞાન થાય છે તેનાં જ્વલંત દર્શાત છે. એ કાયદાનું વાંચન આપણને લાભકારી છે. સહભાવ હોવો એજ કંઈ બસ નથી, કેમકે શાસ્ત્રીય જ્ઞાન કે વિવેક વિના એકલા સહભાવથી નમે નહિ તેમજ કોટવાવધી લોકના ભલાને અડચણ કરવા જેવી ભૂલો કરે, અને સહભાવ કે સહવિચારને આગળ કરે તે કંઈ ચાલે નહિ.”

છેલ્લા રીપોર્ટ પ્રમાણે ઇન્ડિયન અને વેલ્સમાં પુસ્તક લો દ્વારા ૧૫૨૧૫૨ ને મદદ અપાય છે, અને ખર્ચનો આંકડો ૧૫૦૫૫૮૫૭ પાંચ આવે છે. ત્યાંના એક કાર્ય કરનાર આ સમાજ સેવાના વિષય જ્ઞાન માટે હવે પ્રમાણેનો મજબૂત અભિપ્રાય આપે છે.

અધમ એવી વાણીજ્ય ટુનિ બાદ કરીએ તોપણ સમાજ સેવા એ એક ધર્મ છે, એમ મનાયું છે. એ સંબંધમાં “ રી ફોર્મ ઓફ ધી પુસ્તક લો ” એ નામનો પોતાનો નિબંધ મી. ડી. મેકે, એ લંડનની ચેરીટી ઓરગેનીઝેશન સોસાયટી આગળ વાંચેલો ત્વેર્ગાં નીચેની મતલબ લખે છે:—

“ દરેક મોટા ધર્મમાં તેના આ શાસ્ત્રીય જ્ઞાનની તો ખાસ જરૂર હોય છેજ. પછી તે મોલ ઉદ્યોગ, વેહેપાર કે ગમે તે ધર્મો હોય, તેના જ્ઞાન મિવાય ફતેહ મળતી અશક્ય છે.

અને અનાથ રક્ષણ એ કંઈ અપવાદ રૂપ નથી. બધાં અનાથ રક્ષા એ સમાજના નિરાધારના ભવિષ્યની સુધારણા કરતી હોવાથી, આપણી તો એ દરજ્જા છે કે, બીજા ઠેકાણે કરીએ છીએ તેમ આ આગતવું પણ વિષય જ્ઞાન મેળવવું જોઈએ. ”

અમેરીકામાં પણ આ સૂત્ર ગ્રહણ થયું છે. અને મી. એડીથ, એબ્રહમ, ચિકગોની સ્કુવ ઓફ સિવિકસ એન્ડ ફિસેનગ્રાફીના ડાયરેક્ટર, નીચેની મતલબવું લખે છે.—

“સમાજ સેવાના ધધાને પણ તેના ઇતિહાસ છે, તેનાં કેટલાંક ધોરણ કરેલાં છે, તેની કેટલીક હાજતો છે અને તેની પુઠે અનુભવનો પાયો છે. જુદી પુરઃસર કરેલા નિરીક્ષણ અને યત્નથી સાધ્ય પહિવટ ઉપર તે સેવા રચાઈ છે, અને આ પાયા અને પહિવટ હારા આપણે આગળ જવાનું છે.”

સમાજ સેવા માટે વિષય જ્ઞાનની કેટલી જરૂર છે, તે જરૂરીયાત પુરી પાડવા અમેરિકાએ શું કર્યું છે, તેનું એક દર્શાવ આપણા મહાન દેશભક્ત લાલા લાલપતરાયની જુક “ધી યુનાઇટેડ સ્ટેટસ ઓફ અમેરીકા” માંથી આપુ છું:—

“મિસિસ મેજ એમણે ત્રણ કરોડ રૂપેઆ આપી “રસેલ સેન ફ્રાન્કો-ડેશન” નામનું સમાજ સેવાનું ખાતું સને ૧૯૦૭ માં સ્થાપ્યું. જેમાં દશ હજાર છોકરા, પંદર હજાર ચોપાન્યાં, અને અઢીસો પત્રો આવે છે. અને એથી ત્રણ લાખ પેમ્ફલેટો દર વર્ષે વહેંચે છે.”

વળી એજ મહાત્મા એજ જુકમાં એવી મતલબવું લખે છે કે—

હિન્દુઓએ પોતાનો સસારનો પાયો કર્મ ઉપર રચવાના કારણે ‘સમાજને એવી રીતે ઘડી હતી કે આવાં સમાજ સેવાનાં ખાતાં અનાવશ્યક હતાં. એ ધર્મોર્થમાવના નષ્ઠ થતી હોવાને લીધે આપણે જો સમાજ સેવાનાં ખાતાંની આવશ્યકતા હોય તો અમેરીકાની પદ્ધતી લખાય કરતી જોઈએ. અને તેનાં કાર્ય આપણી હિન્દુ ધર્મોર્થ દૃષ્ટિથી થવાં જોઈએ.

આવાં કારણોથીજ આ અનાથ કોણ તે વિષય મથામતિ ચરચો છે. મી. એડવર્ડ ડી. ડીનાઇને લખેલો અને ન્યુયોર્કની યુનાઇટેડ ચેરીટીઝ-બિદર્ડિંગસથી જહાર પડેલો લેખ છે. તેમાં તે ગૃહસ્થ નીચેની મતલબવું લખે છે:—

“આર્થિક દૃષ્ટિથી અનાથ દશા એ સામાજિક દેવાદારની દશા છે. અનાથ એ દેશના ઉદ્યોગ ઉપર જોળે છે, અને ઉત્પાદક ધધામાં ભાગ ન લેનાર છે.”

તાત્પર્ય એ કે સમાજ પર જેનો જોળે નથી. તે અનાથ પણ નથી અને સમાજ પર જોળે થતા અટકાવ કરવો અને નહિ કે સમાજ ઉપર જોળ રૂપ અનાવવાનો અનાથાશ્રમોનો ઉદ્દેશ હોય. સને ૧૯૧૬ ના ચેરીટી રજીસ્ટરની પ્રસ્તાવનાના ૩ જા પાને ક્યું છે કે:—

“દાન જે ગ્રેમ કે દયા ખાતર જીવંતીના શયને સ્વાભાવિક પણ મહેનતુ માર્ગથી પતિત કરવા લલચાવે, અગર જે તેને સ્વાસ્થી બનવાની અડચણમાં મદદ કરી તેની અચક્ષિ ન ટાળે, તેનાં દાન તે ગરીબનો કદો થતુ છે. કદો થતુ કહેવાનું કારણ કે તે દયાની દેવાની પેઠે આવે છે, અને રાક્ષસીની માફક અનેક દુઃખો ઉત્પન્ન કરે છે.”

આથી સ્પષ્ટમનશે કે અનાથની પરીક્ષામાં અનાથ તરફ દૃષ્ટિ રાખવા જરૂરી જરૂર

છે, તેટલીજ સમાજ ઉપર શું અસર થશે તે ઉપર તેટલીજ દૃષ્ટિ રાખવાની જરૂર છે. આ બાબતમાં મી. એકર્વર્ડ ટી. ડીવાઈન એ મતલબનું લખે છે કે—

“ શારીરિક શાસ્ત્રના ધોરણે અનાથ દશાવાન, પ્રગતિમાં પછાત પડેલ અને અન્યના આધારે પોતાનું જીવન વ્યતિત કરતું પ્રાણી છે. ”

આમાં જન્મખોડો વગેરે પેઢીથી ઉતરતા દોશો કે પેઢી દ્વારા ઉતરેલા દોશો દ્વારા ઉત્પન્ન થએલાં દુઃખો એવાં હોય કે તે વ્યક્તિ સમાજ ઉપર બોલે છે, ત્યારે તે અનાથ કહી શકાય. પણુ ત્હેમને માટે, એટલે દાખવા તરીકે, જન્મ અંધ કે ગાંડા કે અર્ધ દંડ માટે બદાયસ્ત કરવો એ સમાજનો ધર્મ છે એમ ઉપરની વ્યાખ્યા કહે છે તે ખરૂં પણુ તેને અનાથ ગણવા માટે તો તે “ અન્યને આધારે જીવન વ્યતિત કરતું પ્રાણી ” હોવું જોઈએ એમ જ એ વ્યાખ્યા કહે છે તે વાત ઘણીવાર ભુલીએ છીએ.

એજ ગૃહસ્થ આગળ ચાલતા કહે છે:—“ સમાજ દૃષ્ટિથી અનાથ એ આર્થિક ભાવનાઓ દ્વારા કે સામાજિક શક્તિઓ દ્વારા જનસમાજમાં ભળવાને અસક્ત વ્યક્તિ છે, અને જેમ ગુન્હેગાર કે મદ્યપી કે વ્યભિચારીણી જેવાનો સમાજને પ્રશ્ન છે, ત્હેવોજ આ પણુ એક પ્રશ્ન છે. ”

એટલે અનાથો પાળવાનું લેઈ બેસીએ છીએ ત્હેમાં સમાજને શું ફાયદો કરીએ છીએ એ પ્રશ્ન તો હમેશાં જેવાનોજ છે. અને તે ફાયદો ગમે તો ત્હેવા અનાથ ઘટાડવાનો હોય, કે ત્હેમનાથી સમાજને થતો ઉપદ્રવ અટકાવવાનો હોય. આમ આર્થિક બાબતોજ, અને સમાજ, આ ગણુ દૃષ્ટિ રાખી અનાથો લેવા ન લેવાનું હોય. પરંતુ આ સૂચના બધાં સંશય પરના કેસ છે તેને માટેજ છે, જે કેસમાં સસયજ નથી, ત્હેમાં કંઈ આવું જેવાનું નથી. તેના મંગલમાં તો લાંકનની મોક્ષવ સરસીસ લીગના પેપર નંબર ૩૧ માં લખ્યું છે કે:—

“ જેને મદદ ન કરીએ તો મર્ણુ પામે ત્હેવો ભય છે, ત્હેને માટેજ અનાથ રક્ષા છે. ”

અનાથ પરીક્ષાની આ દુંકીજ વ્યાખ્યા છે. પણુ આશ્રમોગા આવતા અનાથોમાં લાંકાલીક મર્ણુ ભયનાળા અનાથોની સંખ્યા ઘણીજ જૂજ હોય છે. અને તેથી જાડીના કેસોમાં આપણે જોઈ ગયા ત્હેની અનેક વ્યાખ્યાઓ દ્વારા નિર્ણય કરવાનું જની શકે તેટલું ગાન મેળવતું તે દરેક ચાલકની ફરજ છે. અને ત્હેમાં જેટલી ભુલો થાય તેટલો અનાથનો પૈસો સનાથમાં વાપર્યો ગણાય અને સમાજમાં અનાથ થવાનો લાલચનો ખોટો ચેપ ફેલાવ્યો કહેવાય.

આ વિષય મ્હારે પણુ અપરિચિત છે પરંતુ તે કાંઈ ન ખપનો નથી. તે કારણે વાંચકને આ તસ્વી આપી છે. આમ તપામ પડી દાખલ થએલ અનાથ માટે આશ્રમોએ કોને સારું શું કરવાનું તે માટે લખવાનું તેનો આધાર મેં લખેલા લેખનો સમાજને કેવો ઉપયોગ થાય છે. તે જાણ્યા પછી યથામતિ આરંભ કરવાનો નીર્ણય અને.

“ અનાથ કોણ. ” પૂર્વ.

એક જાણકના મન ઉપર અનેક રીતે સરસાર પડી શકે છે તે પશુ સુખથી જોવા-
યેલા અજ્ઞાથી તેના મન ઉપર મગ્નત અસર થાપે છે, તેથી પશુ જોવાના ઉપર જાણકનો
વિશ્વાસ હોવા છે, જોવા માળાપથી મહેતાઈથી, મીઠાઈથી જોવાયેલા સુખનથી જાણકના મન

ઉપર ઘણું દૃઢ સંસ્કારો પડે છે, આમ છે તો બાળકોની સાથે કેવી રીતે બોલવું? એ બાળકોની બેબમહારી સમજનારાં માણસોએ બાળવાની ઘણીજ જરૂર છે. અને બાળકના મનને ઉત્તમ પ્રકારે કરવાતું ઇચ્છતા હોઇએ તો આ બાળતત્ત્વ જ્ઞાન બરોબર મેળવવું જોઇએ. સઘળાં ખરાબ સંસ્કારો મનમાં કાંટાના જેવાં થાય છે, અને કાંટાના ઝાડ જેમ બીજા સારાં ઝાડને ઉગવા દેતાં નથી અને તેતું પોપણુ પોતે ઉપયોગમાં લે છે તેવીજ રીતે નાનપણમાં પડેલા ખરાબ સંસ્કારો મોટપણમાં પણ સારા સંસ્કારોને આવવા દેતા નથી. ઘણુંક ઠેકાણે આપણે મસ્તો અને ઓરતોને લગભગ નહાર' જીવતર ગાળતાં જોઇએ છીએ. તેઓના મન ખરાબ હોતા નથી પણ મહત્તાના તથા બીજાઓને ઉપયોગી થવાના કારણે તેમનામાં પ્રગટ થયેલા હોતા નથી. તેમના મનમાં બાળપણમાં પડેલા ખરાબ સંસ્કારરૂપી કાંટાના ઝાડથી આ મહત્તાના પુષ્પના તથા ફળના ઝાડને ઉગવાની તથા વૃદ્ધિ આપવાની જરા પણ હેતુ નથી.

બાળકના સ્વાર્થને માટે માઆપે બાળકનો જન્મ આપ્યો નથી પણ માઆપે પોતાના સ્વાર્થને માટે બાળકનો જન્મ આપ્યો છે, અને તેથી બાળકનું હિત જેમ થતું હોય તેવા ઉપાયો કરવાં તેમનો ધર્મ છે. અને સારા સંસ્કાર બાળકના મન ઉપર કેમ પાડવા! તે માઆપ અને માઆપ થવા ઇચ્છનાર દરેક માણસે જાણવું જોઇએ.

માઆપે પોતાના બાળકોને બુદ્ધિમાન માણસોના સંગમાં રાખવા. એક ક્ષણ પણ તેમને અમાન કે બુદ્ધિ વગરના માણસોના સહવાસમાં આવવા દેવા ન જોઇએ. નીચ અને મૂર્ખ નોકરના હાથમાં બાળકને સોંપવું એ તેના આખા જીવતરને બગાડનાર હોય છે. પોતાના સુખને માટે સાદુકાર માઆપે પોતાના બાળકોના નોકરોને રમાડવા કલાકોના કલાકો સેધિ છે. પણ આથી કરીને બાળકોના ભવિષ્યના જીવનને કેટલી બધી નુકશાની પહોંચે છે તેનું જરા જ્ઞાન હોતું નથી. નોકરો જે અમણુ નીચ, અને હલકી જુનીયાદના મૂર્ખ હોય છે, અને જેવાં શુણ્ણ નોકરોમાં હોય છે તેવાં શુણ્ણ ધીમે ધીમે બાળકોમાં ઉતરતા જાય છે, કેટલાએક ખાનદાન કુટુંબના બાળકો દુર્ગુણી હોય છે તેનું પણ આ એક કારણ છે. બાળકનું મન ચોખ્ખા કોરા કાગળ જેવું હોય છે, અને તેમા ઉપર ગમે તે લખી શકાય છે, અને તેવી કરીને લાભકારક લખવાની જેનામાં આવડત નથી તેવા કોઇપણ માણસને માઆપેએ કદી પણ વખત આપવો ન જોઇએ, પોતાની સાથે સંબંધમાં આવનાર દરેક પ્રાણી-પ્રદાર્યના સંસ્કાર ઉપર અહણુ કરી લે તેનું ચપલ બાળકનું મન હોય છે, અને માણસથી સહુથી વધારે નિસંખત હોય છે તેમની તેના મન ઉપર સહુથી વધારે અસરની છાંપ પડે છે, આથી નોકરોને પામે તત દિવસ રહેવાથી નોકરીના શુણ્ણ બાળકમાં ઉતરી આવ્યા વિના રહેતાજ નથી. આથી બાળકોનો માઆપેએ ચોવીશે કલાક પોતાની પાસે રાખવા એમ કહેવાનો અગારો હેતુ નથી. પણ બુદ્ધિવત માણસોના સંબંધમાં રાખવા જેમ બને તેમ કોશીય કરવી એ અમારો મુખ્ય હેતુ છે.

બાળકની સાથે જુદી જુદી બાળતની વાંતચીત કરતી વખતે, તેના વિગિજ સવાક્ષનો જવાબ આપતી વખતે તેમજ તેમની અહિત કરનાર આદતો ટાળવાનો બોધ આપતી વખતે સારી પેઠે વિચાર કર્યા વિના એક ચમ્પદ પણ કદી બોલવો નહિ, બાળકને તેની આદતો મુધારવાની શિખાભણુ આપતી વખતે બાળક તો પણ જોવો છે એમ ધારી ઘડી ઘડી

તેને ટીક ટીક કરવાથીજ તે સુધરે છે એવો નિયાર મનમાં કદી પણ ન લાવવો. બાળકો કેટલીક વખત જીવનના મોટા મોટા કામો આપણને પુછે છે. દુનિયા શું છે ? ખુદ શું છે ? જીવ શું છે ? મરી જવું શું છે ? પુન્ય શું છે અને ગુન્હા શું છે ? વગેરે ગૂઢ બાબતના સવાલ બાળકો કેટલીકવાર આપણને પુછે છે. ત્યારે તારામાં હેછ એ સમજવાની શક્તિ નથી, તને હજી ભાન નથી. એવું આપણે તેને કદી પણ ન કહેવું જોઈએ, તારામાં હજી અકલ નથી એ સમજવાની તારામાં હજી શક્તિ નથી. એવું જ્યારે આપણે તેને કહીએ છીએ ત્યારે આપણે તેનામાં અકલ ઓછી હોવાના સસ્કાર તેના મન ઉપર પાડીએ છીએ.

આ ઉપરથી મારામાં અકલ્પ નથી, મારી શક્તિ નથી, એવો બાળક વિચાર કરે છે અને તેનું પીન તેના મનમાં રોપાય છે, અને પછીથી જ્યારે બાળક પોતાના મનનો વિશ્વાસ કરે છે ત્યારે આ વિચાર તેને નિષ્ફળતા ઉપજાવનારા થઈ પડે છે. માટેજ તારી બુદ્ધિ હજી કાચી છે, તું ઉગતો આવે છે, આવાં આવાં રાખ્તો બાળક નજીક કોઈ વખત ન બોલે, પણ તેને એવુંજ કહો કે તું જેમ ઉત્તમ થવાની ઇચ્છા રાખીશ તેવોજ તું થશે. તારે કેવા વિચાર ધરવાના છે તે વગેરે તેને સમજાવો તેનું મન જે કંઈ નહું શીખવા મરજી બતાવે તેમા તેને ઉત્તેજન આપો.

બાળક જે કંઈ કરવા માંડે છે અથવા ધારે છે તેની તેનામાં શક્તિ છે તેનું તેના મનમાં હસાવો.

જાળકોને સુધારવાની આખતમાં સોડીનું કામ નથી પણ કળતું કામ છે. આપણામાં કહેવત છે કે “યુધે ડોણુ” હોવા દે અને યુધે જાળક રોતું રહે” પણ એ કહેવત અમે ખોટી ગણીએ છીએ. જો ધારો કે લાકડી મારવાથી કદાચ બે સ હોવા દે પણ તેનું દંધ પદ યુધકારી નિકળતું નથી તેમજ જટલુ જોષ્ટએ તેથી ઝોધુ નિકળે છે. તેમજ ને કદાચ છોકરું રોતું હશે તો તેને લાકડી મારવાથી તે કદાચ રોતું બધ રહેશે અથવા આડે માર્ગે જતું અટકશે. પણ સોડી વડે છાતું રહેતું અથવા આડે માર્ગે જતું માળક પછી સાગ છવનને માટે નુકાસક થઈ રહે છે. હા, આવી સોડી ક્યાં વાપરવી ? તે અમારા મનથી તો જાળકોને ને વાગવાર ટાક્યા કરે છે. ડું ભૂખ છે, લુચ્ચો છે, ઢોર છે, ગપેકા જેવો છે, બાન વગરનો છે ! ધત્યાદિ રીતે ને જાળકને ટાકી ટાકી કઠોર સમ્મો કહે છે તેના ઉપર આંખ મીચી પેટ ભરીને આવી સોડી વાપરવી એમ અમે તો બધામણુ આપીએ છીએ.

ભરીને આવી સોટી વાપરતી એમ અને તો બધાંમણે જાણ્યું કે તેઓ
- આજકાલ ઘણાંક માણસમાં હુશિયારી નળે પડે છે તેવું પણ કારણ એમને તો એજ
જણાય છે કે તેમના ગાલી, વારખો, વડીચો, શિક્ષકો એ એવા વિચાર મેંદ્રો વખત ભાર
દબને તેમના મન ઉપર ફસાવેલા હોય છે, બાળકત્વ મન ચમતમા હોય તેવે વખતે પણ વા-
રંવાર જે તેને કહેવામાં આવે કે તું ધણાજ ખરાબ છે. તો તેનો વિચાર તુરતજ તેના મનમાં
ફસાઈ જાય છે અને તે તેમજ માનવા માંડી જાય છે. અને તે પછી એક સ્વભાવ રૂપ થઈ
જાય છે. પહેલાં મનમાં ખરાબ વિચાર પેદા થયા વિના કદી પણ ખગમ કામો થતાં નથી
અને હું ખરાબ છું અથવા હલકા દરજ્જાનો છું એવું માનવાને જે માણસને સિદ્ધ પણ મળ્યું
હોય છે તેનાજ મનમાં ખરાબ વિચારો આવે છે.

હોય છે તેનાજ મનમાં ખરાબ વિચારો આવે છે.
બાળકના મનને સદાચારી અને હુશ્ય પ્રકારનું કરવા માટે સહયુજના, મનઘાસના અને
નીતિ વગેરેના વિચારોથી તેનું મન હરમ ભર્યું કરવું જોઈએ, અને તેના મન ઉપર પ્રતિ-

કૃપા સંસ્કાર ન પડે એ ધ્યાનમાં રાખવું જોઈએ અને તેની કોઈ પણ વાત બાળક આગળ ન કરવી જોઈએ, “તું બરાબ છે એવું બાળકને કહેનાર તેના મનમાં કાંટાનું ઝાડ રોપે છે. અને આપણે એવું કુટુંબ જવલ્લેજ જોઈશું કે જ્યાં હરહમેશા કાંટાના ઝાડ ન રોપાતાં હોય. આથીજ ઓછાદિ દિવસે દિવસે બગડતી જાય છે. ”

બાળકોના અવગુણ ટાળવા માટે અને તેનું જીવંતર ઉચ્ચ પ્રકારનું કરવા માટે ધમકાવવું તેમજ કપકો પણ દેવો નહિ, ધમકાવવાથી અને કપકો દેવાથી કોમળ મનના બાળકો કપી ઉડે છે, અને જેઓ કઠોર મનના હોય છે તેઓ પહેલાંના કરતા પણ વધારે કઠોર થાય છે. બાળકના કોમળ દિલને કંપાવી મહત્તાના કુટતા અંકુરોને કરમાવી નાંખવા નહિજ જોઈએ. કઠોર મનના બાળકોમાં જેટલી ધારવામાં આવે છે તેથી અધિક લાયકાત હોય છે અને થોડા સહેલા ઉપાયોથી તેને સુધારી શકાય છે, આવું બાળક કોઈ ભુલ કરે ત્યારે હવેથી કેવી રીતે કરવું જોઈએ ? તથા શા માટે તેમ કરવું જોઈએ ? તે તેને બરાબર સમજાવવું. સમજ અને ચોખ્ખ કારણ જણાવ્યા પિતા આ કામ આમજ કરવું એવું પણ બાળકને બરાબી મારવું નહિ. ફરજ પાડીને કોઈની પાસે કામ કરાવવાથી કદી પણ સ્થાયી લાભ થવું નથી, પ્રેમ અને આસ્થા ઉચ્ચ શિખર પર લઇ જાય છે અને આ એ ઉચ્ચ ગુણોના બળનો ઉપયોગ કરવાથી આપણે ગમે તેના જીવંતરને ઉત્કૃષ્ટ કરી શકીએ છીએ.

બાળકના મનમાં એવું મજબૂત ઠસાવો કે તારૂં જીવન આત્મંત ઉચ્ચ છે, તારામાં કોઈ અસાધારણ ગુણ એવો ગહેલો છે કે જેથી તારૂં પોતાનું ભલું કરવાને તું શક્તિમાન છે એટલું નહિ પણ આખા જગતનું ભલું કરવાની તારામાં શક્તિ છે, આખા જગતની સાથે તારો સંબંધ છે, અને મ્હોટા મ્હોટા ભથ્થા અને વખાણવા લાયક કામ કરવા તથા ઇજ્જત અક્રલ ઇત્યાદિ કમાવી તારૂં નામ અમર કરવા તું સરજ્યેલો છે. જ્યારે આ મુજબ અનેક રીતે તમે તેના મનમાં ઠસાવશો એટલે માત્ર થોડા વખતમાંજ તે પોતાની જવાબદારી સમજવા માંડશે અને જેવા તમે તેને વિચાર ઠસાવ્યા હશે તે સિદ્ધ કરવા માટે તેણે હવે શું શું કરવું ? તે જાણવાની તેની મરજી પ્રકટશે, અમુક કામ બાળકથી થવાની તમે આશા રાખી છો એવી તમારી દ્રઢતા બાળકને જણાવવી જોઈએ. અને તેથી પણ બાળકને પોતાના વિચારોને એક જાતનું ઉત્તેજન મળે છે.

હવે હુંકામાં કહેવાનું એ છે કે જેમ અને તેમ બાળકો અવગુણો લુલી જાય અને સંદર્શણો નજર પામેજ તરતા રહે, અને બાળકોને હવે અવગુણો નાશ થાય તેને ધૃક્તિથી સમજાવતા રહેવું પણ તેની પાસે એવો એક મુખ્ય ન બોલો કે જેથી તેના દીલ ઉપર મારી અસર થાય કે હું નાલાયક છું, હું અશક્ત છું અથવા દુરાચારી છું. પણ આપણે આદરેલો યત્ન અવશ્ય સફળ થાય એવો તેનો અધિકાર છે એવી તેનામાં આસ્થા મુદ્રાવરી. આ પ્રમાણે ધીમે ધીમે જેવી રીતે આપણે સંસ્કાર પાડીશું તે પ્રમાણે બાળક સુધરતું જશે.

પશુઓ તરફ ધાતકીપણું.

[જેની બેઝંતના ૧૭મી માર્ચ ૧૯૧૦ના ભાષણના થોડા ભાગનો અનુવાદ]

દરેક વિચારવત અને પવિત્ર હૃદયના પુરુષ કે સ્ત્રીને એ તો સ્પષ્ટ સમજાય એવું છે કે, જે પ્રાણીઓ આપણી આસપાસ આવી રહેલાં છે, જે આપણી સંભાળ અને દેખરેખ નીચે છે, તે પ્રાણીઓ કેળવવા માટે છે; તેમને માટે આપણે નેખમદાર છીએ તથા તેમની સુખસાંતિનો જવાબ આપણને આપવો પડશે. જે મનુષ્ય હિંદુસ્તાનના રસ્તાપર વિચરે છે તેણે ધાતકી બનાવે વારંવાર બોલ્યા હશે; તે બતાવે અવિચારી ઉપાય પણ થોડા શકાય એવા હોય છે; અને તેવા બતાવે અટકાવવાની પ્રતીતિ દર્શાવે છે. સામાન્ય તરીકે, જ્યારે પશુઓને રસ્તાઓમાંથી હાંકી કાઢવામાં આવે છે ત્યારે તેઓ ખેતરોમાં રખડે છે. તેમને રખડતાં અટકાવવાને બદલે તેમને લગડા કરવાની તથા સખત માર મારવાની જે રીત ચાલે છે, તેથી સમજાય છે કે પશુઓને માટે આપણે વાસ્તવિક વિચાર કરતા નથી. આપણે ધારીએ છીએ કે પશુઓ હાનિકારક છે અને રસ્તે ચાલનારા મનુષ્યો માટે હાંકી કાઢવાં જોઈએ, પણ તેઓનો માર આટલો બધો સખત કેમ તથા તેઓનું પગલું પણ ગુસ્સાનકારક શા માટે છે, તેની સાબીતી માટે આ કારણ બરાબર નથી.

જે ખીજી બાબત ઉપર હું ધ્યાન ખેંચીશ તે સહન શક્તિ કરતાં પણ વધારે બોલે તેઓપર મુકવો તે છે. જે પ્રાણીઓ બોલે ઉચકવાને ધણા ઉપયોગી છે તેમના પર ધણી વખત એટલો બધો ભાર હોય છે કે જે તમે તેમની પાછળ આવો તો તેમનાં નાનુક પગ તે બારથી વળી જતા માલમ પડશે.

હવે એવો એક પણ મનુષ્ય નથી કે જેના પર ધાતકીપણું જોતા તે અટકાવવાની ધાર્મિક કે નૈતિક દરજ ન હોય. અજ્ઞાન પુરુષોની બહુ વાંક નહિ કાઢી શકાય; તેઓ જે પશુઓને હાકે છે અને તેઓને મારે છે, તેમાં વાંક આપણો છે. તમો વેદના પાત્રેસ પશુઓને જુઓ છો અને તેઓની કંઈ પણ ગણના કે દરકાર કર્યા સિવાય ડુંખમાં છોડી દેડો. એવું જુઓ છો અને તેઓની કંઈ પણ ગણના કે દરકાર કર્યા સિવાય ડુંખમાં છોડી દેડો. અંતમાં માલમ પડશે કે ડુંખ ભોગવતું તેના કરતાં પણ ડુંખ આપવું તે વધારે ખરાબ છે; અને જે મનુષ્ય ઇલાહ કરે છે તે ડુંખી પશુ કરતાં પણ વધારે દયાને પાત્ર છે; કારણ જે કોઈ ઉત્પત્તિ થયેલ હોય છે તે આ જુલાવી દે છે. એવું એક પણ ખરાબ કામ નથી કે જેના ઉપાય તરીકે સામું ખરાબ કામ લઈ શકાય. જે તમો કોઈ મનુષ્ય સામે ગુસ્સે થઈને કપકો આપના જાઓ તો તે કહેશે કે તમે બિલગ કોઈ છો; પણ જે તમો તેની પાસે મિત્ર અને ભાઈ માફક જાઓ અને તેના તરફ ધિક્કાર દર્શાવ્યા વગર અથવા તેને ધમકી આપ્યા વગર કહો કે, “મારા ભાઈ” તારો તથા તેનો જીવ (આત્મા) એકજ છે અને તારી ગરજ તે શેરે છે.” તો તે માણસ ભવિષ્યમાં દયાળુ થશે. તેથી ઉલટું જે તમો તે મનુષ્યને ધમકાવો તો તમો જ્યારે તેની નજરની જાડાર વરસો કે તે બહીક વગર તે પ્રાણીને મારશે. જે દરેક મનુષ્ય દરેક બામદાદે પ્રતિજ્ઞા લે કે ‘જ્યારે તે પશુઓ તરફ ધાતકી વર્તન જોએ ત્યારે તે તેના બનતા પ્રયાસે અટકાવશે’ તો ત્યાંજ આપણો માર્ગ રહેલો છે.

આપણે ધાતકી વર્તન શા માટે અટકાવીએ છીએ ? જેઓ પશુઓને ઇજ કરે છે તેઓ પોતાની જાતનેજ [પ્રાણી જાતને] તુકસાન કરે છે એ નહીં જાણનાર લીધેજ આપણે એ ધાતકી વર્તન અટકાવતા નથી. પણ આખી પ્રજાનો આધાર મનુષ્યોમાં વધતા જતા સદ્યુક્ત ઉપર છે તેવીજ તે ઈશ્વર માટે આપણે ધાતકીપણું અટકાવીએ છીએ; અને નમળા તથા અનાથ પ્રત્યે દયા દર્શાવતી તેજ ગુણ ખરા યુદ્ધિવાળા મનુષ્ય તથા જડ યુદ્ધિવાળા મનુષ્યને જુદા પાડે છે. હવે એક બાજત છે, જે મને લાગે છે કે તમારે યાદ રાખવી જોઈએ. તે આ છે: જ્યારે બળવાન અને નબળા બાબુ સામસામી હોય છે, ત્યારે સર્વે દયાળુ હુકમ નમળા બાબુ તરફ રહે છે અને બધી ફરજો બળવાન બાબુને શિર રહે છે. લોકો કહે છે, “ અમારાં પશુઓ ઉપર અમારાં હક્ક છે-તેઓ અમારા કામને માટેજ અપાયાં છે.” પણ ખરે જોતા, તમારો હુકમ તેમના ઉપર જરાયે નથી. તમારા ઉપર તેમના પ્રત્યેની ફરજો રહેલી છે; અને તે પશુઓ અચાનીઓના વાળામાં રહે તેના કરતાં તમારા હાથમાં સુખી રહે તે માટે તેમને કેળવવાની તમારી ફરજ છે.

લોકો આવીજ રીતે બાળકો ઉપર માબાપોના હક્કની વાતો કરે છે. તેમના બાળકોને કેળવણી આપવાનો હક્ક છે અને તે બાળકોને કેળવવા તે માતાપિતાની ફરજ છે. જ્યાં સુધી તમે નમળા કે અનાથ (પછી તે બાળક હોય કે પશુ હોય) તેનાં પ્રત્યે પૂર્ણ ફરજ બજાવો નહિ ત્યાં સુધી ‘ મનુષ્ય ’ ના હક્ક ગાંગવાનો તમને અધિકાર નથી. પશુઓ તે તમારા નાના ભાઈઓ છે. તમે તેમના તરફ ધાતકી વર્તણૂક ચલાવી શકો નહિ, પણ તમારી ફરજ તો તેમના જ્ઞાનમાં વધારો કરવાની છે.

- રિપરિચ્યુએલીઝમ.

(લેખક:—તંત્રી.)

પ્રસ્તાવના.

ગરેલા પ્રાણીને પાછા બોલાવી તેમનાથી કેટલીક હકીકત મેળવવાના અને અદ્ભૂત ગમતદારો જેવાના સંખ્યામધ પ્રયોગો દ્વારામાં અમેરિકાખંડ અને યુરોપખંડમાં થવા લાગ્યા છે. અને તેવા બનાવોના વિશ્વાસપાત્ર લેખો પણ ધણા સ્થળેથી મળી આવે છે. આ વિદ્યા સંબંધે નટલીક વખતે ધનવન્તરિ માસિકમાં લેખો લખવામાં આવ્યા છે. પરંતુ આ વિદ્યા સંબંધે અમેરિકા ને યુરોપખંડમાં કંઈ તપાસ થઈ છે કે નહિ અને તેમાં તેની સત્યતા જણાઈ છે કે નહિ એ સંબંધે વિસ્તારથી લખવા મદારા કેટલાક મિત્રો તરફથી અને અન્ય મદદરથો તરફથી બલામગ્ન થઈ છે એટલે આ વિદ્યા સંબંધે બીજી શકે તેટલી દુઃકમાં માહિતી આપવા મદારો મિત્રાર છે. આપણા આર્યશાસ્ત્રમાં ભૂતબાધા પ્રેતજ્વર ઇત્યાદિનું વર્ણન છે. ભૂતોની પીડા કેટલાક સ્થળે જોવામાં આવે છે. જો કે કેટલીક સ્ત્રીઓ ભૂત વળઆનું બદાનું કરી ધૂળે છે અને તે બદાનાથી મોટી માત્રા એટલે લઈ જવાની આપ વર્ગને ફગાવે પાડે છે અને કહે છે કે મને અમૂક સ્થળે લઈ જવ ને માત્રા કરાવો તો મદારા આત્માની ગતિ થાય એમ

શરીરમાં આવેલું જીવ જોડે છે. સાચા કરતાં આવા ઢોંગ કરનારની સંખ્યા વધારે જોવામાં આવે છે. સંવત ૧૯૪૨ ની સાધમાં હું જ્યારે ખેરાલુમાં હતો ત્યારે ત્યાં મહાગ પાડોશમાં એક દલધારામ કરી વાણીઓ હતો. તેની સ્ત્રીને સુવારોગ થયો હતો. મેં પછુ તેને જોઈ હતી ને સુવારોગ હોવાનું કહ્યું હતું. એ સ્ત્રીને તાવ આવતો હતો અને ઝાડા થતો હતો. શરીર ગળતું હતું. પરંતુ તેના ધણીને એનો વડેમ હતો કે તેને અમૂક માણસે મેવડી અગર ઝાંપડી મુકેલી છે. આ સમયમાં ખેરાલુથી પાંચ ગાઉ ઉપર હુણવા ગામમાં ભૂત-પ્રેત કાઠનાર અને મંત્ર જાણનાર એ ત્રણ રજારીઓ આ તાલુકામાં હતા. તેમાં એક વીગે રજારી પુશીઆર ગણતો હતો. એ ત્રણ રજારીને બોલાવી તેમણે જાપને હુણવવા ડાક્યું બેસાડ્યું હતું. જાપ તો અચકા હતી ને ખાટલામાં હતી તેથી હુણે તેમ નહોતું. રજારીઓએ દબાવવાને કહ્યું કે તમારો છોકરો ચાલ પંદર વરસનો છે તેને માતાની પુજ સાચો બેસારાને કે તે ધુણશે ને સર્વે હકીકત કહેશે. પહેલા દીવસે ડાક્યું વગાડનારને બેસારી ને અરધી રાત્રે છોકરો હુણ્યો. બીજો દિવસે મને દળધારામે કહ્યું કે તમે રોગ કહેતા હતા ને ઝાંપડી કેમ હુણી. મેં કહ્યું કે આજે રાત્રે હુણે તે વખત મને જોવા બોલાવજો. અરધી રાત્રે છોકરો હુણના લગ્યો ને કહેવા લાગ્યો કે હું ફલાણી મેલડી છું. તારી જાવડીનો જીવ લઇશ, એમ દલધારામને કહ્યું. વળા બોલ્યો કે તું તારા છોકરાને વધારે હેરાન કરે છે, માર મારે છે, દવા રાખતો નથી માટે તારું ખરાબ કરીશ. મેં કહ્યું માતા તું ખરી હોય તો મને પરચો જતાવ મ્હારી મુગીમાં રું છે? એમ મુગી વાળા યુદ્ધુઃ તેણે પૈસો છે કહ્યું તે ખેડું પડ્યું મને તે છોકરાના ઢોંગ લાગ્યો. મ્હારા પગમાં આસડ મેં તેને એક માર્યું એટલે માતા જતી ગઈ. મેં કહ્યું તું પંદર વરસમાં આવા ઢોંગ કરવા લાગ્યો તારી શી દશા થશે. બીજો દીવસે રજારી મ્હારે ઘેર આવ્યા ને કરગરવા લાગ્યા કે હમારા ભાણુમાં શા માટે ધૂન નાંખો છો. સો રૂપૈયા અમારા ખોટા થાય છે. આ વાણીમે લોકોને દાવા વિગેરે કરી કનડે છે. ખરેખરો કંજુસ છે. પુન્ય દાન કરતો નથી કે પાછ ખરચતો નથી. મેં કહ્યું આ પ્રમાણે કાવા કેમ દેવાય. તેમણે કહ્યું એના છોકરાનો પછુ એ રૂપૈયામાં ભાગ છે એમ કહી તેને લઈ આવ્યા. તેણે પછુ ભાગ રૂપૈયામાં પોતાનો હોવાની વાત કમુલ કરીને એ છોકરાની મા તો આડ દગ દીવસ પછી મરી ગઈ પરંતુ રજારી લોકો તો રૂપૈયા લઈ આવ્યા ગયા. આવા ઢોંગ મેં મહા સ્થળે જોવા છે. અને લખવાથી વધારે લખાણ થાય, પરંતુ સત્ય વાતને તેથી કવંક લાગતું નથી.

મરહુમ પ્રેમ્સર મી. મણીલાલ નાનુભાઈ દિવેદી સાચેના પરિચયથી મને આ વિદ્યા સંબંધે કેટલીક માહિતી મળી હતી અને તેમણે એ વાતની સત્યતા માટે પોતાના વિચાર જણાવ્યા હતા. આથી મેં કેટલાંક એ વિદ્યાના પુસ્તકો વાંચ્યા હતા. અને વધારે ખત્રી તો મેં સંખ્યાબંધ મેસમેરીઝમના પ્રયોગો કરી જોયા; તેથી પણ મને મેસમેરાઈઝ સ્થિતિમાં સંખ્યેક ઠાસ પોતાની પાસે અમૂક મરેલા માણસો હાજર છે એમ ખબર મળતી અને તેના દારા દરની ખબરો પણ મંગાવવામાં આવતી. મને પણ પ્રત્યક્ષ અને પરીચાયરી એ વિદ્યાની સત્યતાના અનુભવ થયા છે.

સાંપ્રતકાળમાં પાશ્વિમાત્ર વિદ્યાની કેળવણીને લીધે આપણા આર્યાવર્તના શાળા તરફ કેટલાક લોકોની આંખો અને તિરસ્કારની લાગણી વધતી જાય છે. તેનું કારણ તે લોકોએ તેવા શાસ્ત્ર કે વિદ્યાનું અવલોકન કરેલું હોતું નથી, પરંતુ ચાલુ જમાના ગેઝુ પોષાને છે

અને સંખ્યાબધ શોધકો આગળ લખાઈ ગએલા શાસ્ત્રોની સત્યતાની શોધ કરે છે અને આ વિદ્યાની સત્યતા માટે સંખ્યાબધ વિદ્વાનોના અભિપ્રાય થયા છે. આપણા દેશમાં આ વિદ્યા સંબંધીના પૂરાતન કાળમાં પુસ્તકો લખાયા છે અને વામ તંત્રવાળાં તથા કોળી વાઘરી ઇત્યાદિ વર્ણુવાળા એ વિદ્યાના ઉપાસક છે. કારણુ ઉંચ વર્ણુના લોકો એ વિદ્યાને મહિન ઉપાસતા માને છે; કારણુ કે એ ઉપાસના કરનારને મર્ણુ પછી તે લોકોમાં ગતિ થાય છે. આવા લોકો લગ્નીયણુ જાતની સ્ત્રીને સ્મશાનમાં દાટી હોય તેના પ્રેતને રાતે દાટી તેના ઉપર બેસી અમૃક મન્ત્રનો જાપ કરે છે તેથી તેમાં ચૈતન્ય આવી તે બેડી થાય છે. પછી તેને દારમાં સળાકલા જેવા પદાર્થ ખાવા આપે છે અને અમૃક સ્થળે તેનું સ્થાપન કરે છે. જરૂર લાગે ત્યારે તેને કાકલા વગેરે વાઘથી બોલાવે છે. ને જે કામ કરવાનું હોય તે તેને બતાવે છે.

આ રીતી મલીન હતી. હાલમાં અમેરિકા યુરોપખંડમાં જે પદ્ધતિથી મરેલા પ્રાણીનું આવાહન થાય છે તેમાં આવી ક્રિયાની જરૂર નથી. તેમાં તો નવ માણસનું ગોળ સરકલ બેસે છે, અને બધા એક સ્વભાવના આરિતક અને દ્રઢ સંકલ્પ બળવાળા હોય છે. સર્વ એકાગ્ર થયા પછી દ્રઢ સંકલ્પબળથી મરેલા માણસના પ્રાણને પોતાના સરકલમાં આકર્ષે છે અને તે સરકલમાં આવી પોતાના ચમત્કારો બતાવે છે. સરકલ કેવી રીતે ભરાય છે તે સંબંધે અમે આગળ લખીશુ. પરંતુ આ વિદ્યા સંબંધે “રિપોર્ટ ઓન ધી સ્પિરિચુએલીઝમ ઓફ ધી કમીટી ઓફ ધી લંડન ડાયલેક્ટરીકલ એસોસીયટી” એ નામના પુસ્તકમાંથી આ કેટલોક ભાગ પ્રગલ્બની જાણ માટે મુજબ અમે ધાર્યું છે.

લંડનની ડાયલેક્ટરીકલ સોસાયટીની ૩૫૩ કાઉન્સિલ તા. ૨૦-૭-૭૦ ના રોજ આ બહેર કરવામાં આવે છે તે રીપોર્ટ અને પુરાવો રજુ કરવામાં આવ્યો હતો અને તે કાઉન્સિલે નીચેના ઠરાવ (Resolution) કરી તે રીપોર્ટ મંજૂર કર્યો હતો.

૧ આ રીપોર્ટ મી. ઇની સાથે મંજૂર રાખવામાં આવે છે.

૨ કમીટીએ જે અધ્યાગ મહેનત લીધી છે તેને માટે તેમનો આભાર માનવામાં આવે છે.

૩ આ સોસાયટીની નિયમથી સદર રીપોર્ટ છાપવાની ભલામણ નામંજૂર કરવામાં આવે છે. આવી રીતે હવે થવાથી કમીટીએ પોતાની મુખ્યત્વારીથી સદર રીપોર્ટ છાપાવ્યો હતો તે આથી બહેર કરવામાં આવે છે.

લંડનની ડાયલેક્ટરીકલ સોસાયટીની સભામાં તા. ૨૬-૧-૬૯ ના રોજ ડૉ. એડમન્ડની દરખાતથી “Spiritual manifestations ના બનાવો બાબત તપાસ ચલાવવા તથા રીપોર્ટ કરવા” એ કમીટીનીમવામાં આવી હતી. તેમાં નીચે મુજબ મેમ્બરો હતા.

મી. જેમ્સ એડમન્ડ એમ. ડી.

મીસીસ એડમન્ડ.

મી. જેન ગેલ હીલર

મીસીસ જે. જી. હીલર.

મી એલનર્ટ ક્રીશ. એમ આર. સી. એસ

„ આઇ. એસ. જે. મેથરસ

„ રોબર્ટ ક્વેલચ સી. ઇ.

„ સી. રસમ્ રોગસિ પીએચ. ડી.

„ હોરેસ એસ. થોમ્સન્સ „

„ અને બીજાઓ.

„ એચ. ડી. જેનકન્સ બાર-એડવો.

„ હમ્ફ્રી. એમ. સ્વેપરટેન્સ સોલીસીટર.

„ જોહનક્રેડ આર. વેલેસ, એફ. આર જી. એચ. અને બીજાઓને પાછળથી ઉમેરવામાં આવ્યા હતા.

કમીટીના રિપોર્ટ.

મદદગૃહરયો,

આત્મિક દેખાવોની હકીકત ઉપર રીપોર્ટ કરવા, કમીટી આપે નીમેથી, તેના રિપોર્ટ નીચે સુજમ છે.

આ કમીટીએ પદર બેઠકો ભરી હતી તે દરમિયાન ૩૩ શખ્સોને તપાસ્યા હતા તેઓએ જે હકીકત તેમની રૂબરૂ બનેલી તેનું વર્ણન આપ્યું હતું

૩૧ શખ્સોએ લેખી હકીકતો આપા બનાવોની રચ્છ કરી હતી-૧મી જે વિશાળ શાસ્ત્રીઓએ આત્મિક દેખાવો-Spiritual manifestations ની વિશ્લેષણ અથવા તરફેણમાં પોતાના પ્રથમ મનો જતાવેના તેવા લોકોને પણ કમીટીએ હાજરી આપવા તથા સલાહ આપવા બોલાવ્યા હતા. જે લોકો આ બધા દેખાવો-ધર્તીગ અને હમાઇનું પરીણામ છે એમ કહેતા તેઓએ પણ કમીટીએ મોલાવ્યા હતા પરંતુ જે લોકો આરી જાણતમાં માનનારા હતા તેમની પાસેથી પુરાવો મેળવ્યો હતો અને જેઓ આના દેખાવો-આધ્યાત્મિક જાન-વના ઢાંગ છે એમ કહેતા હતા તેઓ કઇ પુરાવો આપી શક્યા નથી

આવી તપાસ જતેજ કરવી જોઇએ. એમ કમીટીને સાગવાથી આ કમીટીએ છ સખ-કમીટીઓ કરી હતી.

આ છએ કમીટીએ પોતાના રીપોર્ટ આપી દીધા છે, અને તે ઉપરથી જણાશે કે ઘણી વખત તો સખ કમીટીના મેમ્બરો પોતે બીજા મીડીઅમ (બુવેટ) સીવ પ સાક્ષીઓ આપી છે. તો કે તપાસ શરૂ કરતી વખતે તો તેઓ આવા આત્મિક-દેવી-બનાવોની સત્તા માનતા ન હતા.

બધા રીપોર્ટો ઉપરથી નીચેની હકીકત સર્વ માન્ય જણાઇ છે

૧ ધમ્ની બીતા, સીધીગ અને ફરતીચરની વસ્તુઓમાંથી કેમ પણ હીલચાલ થયા વગર જુદી જુદી વસ્તુ માં આના નીકળતા હતા

૨ હિમ્મરે વજનદાર ચીજો, હાજર રહેલા માણસોના કે કોઈ બીજી તદ્દખીરથી હલાવવા અથવા સીવાય હાલતી હતી.

૩ આ અવાજો અને હીલચાલ હાજર થયેલાના કહેવા મુજબ અને બનાવવામાં આવતી સંજ્ઞા પ્રમાણે થતી હતી અને તેજ મુજબ એવી નીશાનીઓથી વાતચીત પણ થતી હતી.

૪ આવી રીતે મળતા જવાઓ કે વાતચીત સાધારણ બાબતની હતી અને કોઈ વખત તો એવી હકીકત જણાવવામાં આવતી કે જે કોઈ એકાદ માણસ પ્રથમથી જાણતો પણ હોય.

૫ આવા બનાવો બનવા માટે અમુક વખત કે અમુક પ્રસંગ જોઈએ તેવું પણ નથી જો કે અમુક શખ્સોની રૂબરૂ તે બને અને અમુકની ગેરહાજરીમાં ન બને એમ જોવામાં આવેલ છે, જો કે હાજર કે ગેરહાજર શખ્સોની આવા બનાવ બનવાની બાબતમાં માન્યતા હોય કે ન હોય.

૬ તો પણ ઉપર બતાવેલા માણસની હાજરી કે ગેરહાજરી ઉપર આ બનાવ બનવાનું ચોક્કસપણું કહી શકાય નહિ.

મોઢાનો અને લેખી જે પુરાવો રજૂ થયો છે તે લગભગ એક સરખો છે અને તે ઉપરથી તેના વિભાગ નીચે મુજબ પાડી શકાય તેમ છે:—

૧ તેર સાક્ષીદારો કહે છે કે તેમણે વજનદાર ચીજો અને માણસો હવામાં હોયે થતાં બધર યોડો વખત રહેતા જોયાં છે. નીચે કોઈ પણ જાતનો ટેકો હોતો નથી.

૨ ચૌદ જણુ કહે છે તેમણે હાથો અથવા તેવીજ બીજી નીશાનીઓ જોઈ છે. આ હાથો કે નીશાની સજીવ અને હાલતી ચાલતી દેખાય છે અને તેમને તેઓએ કેટલીક વખત અડકી કે પકડી જોયું છે તેથી તે કોઈ જાતની બનાવટ કે ભ્રાંતીથીજ દેખાય છે તેમ નથી.

૩ પાંચ જણુ કહે છે તેમનાં, પોતાનાં શરીરના કોઈ પણ ભાગ ઉપર બ્યારે બીજા કોઈકે હેરા હોય ત્યારે, કંઈ અદ્રશ્ય શખ્સ અડતો અને હાથ ફેરવતો અનુભવ્યો છે.

૪ તેર જણુ કહે છે કે વાજીત્રો કે જોને કોઈ રીતે વગાડતાં જોવામાં આવતાં ન હોય તેવાં આપોઆપ ગાયનકળા મુજબ ગાયતો ગાતાં જોયાં છે.

૫ પાંચ જણુ કહે છે બળતા અગારા કેટલાક સોડોના હાથ અને માથાં ઉપર મેલેલા જોયા છે છતાં તેમને કોઈ પણ જાતની પીડા કે દરદ અર્થું નથી અને ત્રણ જણુ તો તેવી હકીકત પોતાના ઉપર કેપ પણ ધન વગર બનેલી હતી તે વાત કયુલ કરે છે.

૬ આઠ સાક્ષીદારો કહે છે કે તેમને ગણગણાટ અને લખાણથી ઘણી વખત ચોક્કસ બગર આપવામાં આવેલી કે જેની સત્યતા વિશે તેમને કે બીજાઓને તે વખત માહેતી પણ ન હતી—પરંતુ પાછળથી તપાસ કરતાં તે હકીકત સ્ત જણાઈ હતી.

૭ એક સાક્ષી કહે છે કે તેને એક વખત ચોક્કસ હકીકત મળી હતી પણ પાછળથી તે ખોટી જણાઈ હતી.

૮ ત્રણ જણુ કહે છે કે તેમની રૂબરૂ સીમાપેન અને રંગથી તમતીર (ડાઈમ) એટલી તો થોડી વખતમાં અને ઝેરી રીતે તૈયાર થયેલ કે તે માણસ જાતથી જાની સંકેત નહિ.

૯ દસ જણુ કહે છે કે તેમને ભવિષ્યમા જનનથી હકીકતના ચોક્કસ બગર મળ્યા હતા અને તે વગી ક્યારે ચોક્કસ બનશે તે મીનીટ અને કલાક સુદાં મળ્યા હતા.

ઉપરની હકીકત બિવાય મમાધીમાં બોલવાનો, આરામ કરવાનો, આયોઆપ લખવાનો, બધાં જોરડામાં ફોનો અને ફોનો દાખલ થવાનો, હવામાં આવજ થવાનો, કાગમાં અને તેની મીઝેમાં જુદા જુદા દેખાવાનો અને માણુમજતતું શરીર બહુજ લાંબુ થઇ જવાનાનો પુરાવો પણ આપવામાં આવ્યો હતો.

આના બનાવ બનવાનાં કારણો જુદા જુદા ઇસમોએ જુદાં જુદાં આધ્યાં હતાં:— કોઇ કહે માણુસનું શરીર છૂટ પડી ગયા પછી જીવ આવું કરે છે, કોઇ કહે શીતાનની સત્તાથી, તો કોઇ કહે આત્મિક બળથી અને કોઇ કહે છે કે આ તો ઢોંગ અને કમાઇથીજ થાય છે.

આ બાબતમાં કેટલીક ચોપડીઓ પણ લખાયેલી છે કે જે વાંચવાથી એ બાબતમાં પોતાનું માન જેને વધારવું હશે તે વધારી શકશે.

આ બાબતમાં જે પુરાવો છાપવામાં આવ્યો તે આપનારનો મોટો ભાગ આમરદાર ગૃહસ્થ અને જેઓને જુદું બોલતા કે કમવા કંઇ પણ કારણ નથી તેવાઓનો હતો—વળી આ બનાવો એવા તો અસાધારણ છે કે જે જ્યાં ત્યાં મળી શકે તેમ નથી. વળી પૃથ્વીને મોટો ભાગ આવા બનાવો અઘૌકિક—અમાનુષ્ય કારણોથી અને છે એમ માને છે અને તે બાબતનો કોઇ પણ દિલ્લોષીથી ખુલાસો મળતો નથી, તો પછી આ વિષય બાબત બહુ સંભાળ અને ગંભીરતાથી અભ્યાસ કરવાની જરૂર છે આ પુરાવો અને રીપોર્ટો છાપવા માટે કમીટી બલામણુ કરે છે.

સખ કમીટીઓના રીપોર્ટ.

પહેલી કમીટી.

આ કમીટી તા. ૧૬-૨-૬૯ ના રોજ નીમાઇ ત્યાર પછી તેની ૪૦ બેઠકે પ્રયોગો અને ખરીદા કરવા માટે થઇ હતી.

આ બધી બેઠકો મેમ્બરોના ખાનગી રહેવાનાં ઘરોમાં મળી હતી કે જેથી કરી જે કાંઇ સાંચા કે તેથી તજવીજ પ્રયોગોની બાબતમાં થઇ શકે નહિ.

જે ખરૂંમાં પ્રયોગ થયેલા તે ખરૂંમાં હમેશનો ચાલુ સરસામાનજ હતો—આ પ્રયોગોમાં વપરાતાં ટેબ્લેટ, બધાં ખાણાના ટેમ્પો હતાં કે જે મુચકેલીથી ખસી શકે તેમાં ભારે હોય છે, જેમાં નાનામાં નાના ટેબ્લેટ ફુટ ૫" ૪" લાંબા અને ૪" ફુટ પહોળાં અને મોટાં ટેબ્લેટ તો ફુ. ૯-૩, ૬. લાંબા અને ૪ ફુટ પહોળાં હતાં, અને તેજ પ્રમાણમાં વજનદાર હતાં. આ જોરડાઓ, પુરસ્કી ટેબ્લેટ અને બીજાં સામાન પ્રયોગથી પેલાં પ્રયોગ આવતા અને પ્રયોગ પછી તપાસવામાં આવતાં અને તેમાં કંઇ છુપો સચ્ચો કે કમાન કે તેવી કંઇ કળ-મુકિત નથી તેની ખાત્રી કરવામાં આવતી હતી, અને ગેસ લાઇટથી ઘણી વખત પ્રયોગ થતા હતા.

મીટીંગમ (લુવા) તરીકે જે લોકો એ ધણે લઇ બેઠા હોય અથવા પેલા માટે દાખ કરતા હોય તેવાઓને પસંદ કરવામાં આવતા નહિ, પરંતુ કમીટીના મેમ્બરો અથવા બીજાં પ્રતિષ્ઠિત ગૃહસ્થો અને જે લોકોનો કંઇ સ્વાર્થ ન હોય તેવાઓને પસંદ કરવામાં આવ્યા હતા. કમીટીએ કેટલીક સમા-બેઠક મીટીંગમ (લુવા) ની ગેરફાજરીમાં પણ ભરી હતી—આ બધાં લખાણમાં મીટીંગમ (મધ્યસ્થ) નો અર્થ એવો સમજવાનો છે કે જે માણુસની

હાજરીમાં આ આત્મિક અને તેવા બનાવ બનતા હતા-તેવા માણસને સમજવાનો છે. ખેડક તેના સિવાય ભરવાથી-જેવા બનાવો તેની હાજરીમાં બનતા હતા તેવા તેની ગેર-હાજરીમાં બનતા ન હતા.

આ તપાસ ચલાવવામાં કમીટીએ પોતાની બુદ્ધિ જેટલી ચાલી તેટલી ચલાવી છે અને ક્યાંક પણ ઠગાઇ કે દુષ્ટો ન થાય તેને માટે પુરી ચોક્કસી કરેલી છે.

આ કમીટીએ જે વાતો-બનાવો બન્યા, જે જોધ શકયા અને દેખીતી રીતે સાબિત થયા તેનીજ નોંધ લીધી છે.

અનુભવી પ્રકીર્ણ ઉપાયો.

૧. દર્દદર્દે યાને બીચમ્સ પીલ્સ.

બધાં જુઓ ત્યાં ડીસ્પેન્સરીયા કે પેટનો દુઃખાવો છે, કોઇ કહેશે કે મરડો છે, તો વળી કોઇ કહેશે કે અહજનમીથી પેટ સાફ નથી આવતું, એકાદ બે રૂચ લેા. તો વળી કોઇ પેટ દવાનો નુસખો કહેશે કે બાઇ અહજન સરસ નાણાં વસુલ ? આપણને તો કોઇ દહાડો પેટમાં દુઃખેજ નહિ ને ! તેતું કારણ શું ? બીચમ્સ પીલ્સ જે ૧૯૧૩ ની સાલમાં ૦-૧૩-૬ ની મળતી હતી તે લેવી. જેમાં ૫૬ ગોળા આવે છે. શું પેકીંગ ફાઇન આવે છે. અને તેથી તેની લેહજત પણ ઓર છે. બાઇ તમારી બૂલ છે અમારા ફૂંડ તરફથી અમોન ડ્યુક્સ પીલ્સ જે દેશી બનાવટની છે તે ઘણીજ સસ્તી પડે છે તે બીચમ્સ પીલ્સનું પ્રીસક્રીપ્શન કહીએ તો ચાલશે. જરૂર હોય તો ગોંપાળા નં. ૧ જેની કિંમત ધુળ છે તે રૂ. ૧ થી ૧૫ સુધી આપો છો તે નીચે પ્રમાણે છે.

Aloes (એળીએ) ૩ ભાગ,

Powdered Ginger (સુંક) ૧ ”

Powdered Soap (સાબુ) ૧૦૦ ”

આ પ્રીસક્રીપ્શન બીચમ્સ પીલ્સના પ્રીસક્રીપ્શન તરીકે જાહેર થયેલ છે.

૨. મસ્તક મરડો ઝટ.

માથાના દુખાવાને માટે ઘણા ઉપચારો અને પેટ દવાઓ બહાર પડેલાં છે જેમાં ઘણે બાજે વેચેલાઇનનો મલમ અને પીપરમીટનું તેલ મેળવેલાં હોય છે. પણ સ્ટર્ન્સ હેડએઇક દ્યોર જેમાં ખાવાની ૧૨ ટીકડીએ હોય છે તેની કિંમત ૧૯૧૩ માં ૦-૧૨-૦ ની હતી તેને માટે ધરાપરાં થાય છે તેતું કારણ શું ? આ પ્રીસક્રીપ્શન પણ આગળ જાહેર થયેલો નં. ૨ ને નીચે પ્રમાણે છે.

એકોનાઇટ (વજનાગ) ૦.૨૨ ગ્રેન.

કેફીન (Caffein) ” ૦.૫૮ ગ્રેન.

રયુમર્ફ એફ મીલ્ક ” ૪.૫૦ ગ્રેન.

૨૮૨મ્ હેઠ એક કચોર કોઈ પણ જાનના સખત દુઃખાવાને મટાડે છે. અમો ખાસ દરે બધુને બલામણુ કરીએ છીએ કે ફેન્સી પેકીંગ ઉપર મોહ ન પામતાં જાતે દેરી માત્રાઓમાંથી તૈયાર કરો. આગળ અમારા રામકાંચનનો ઉપયોગ માત્ર શ્રીમેટ દારવાણા એક વેદજ્યોજ્ય કર્યો છે તે વેદજ્ય રાવજકાદુર સુંદરદાસ શેઠ જે. પી. સોલીસીટર મોટરી-પબ્લીક તરફથી દવાખાનું ચલાવે છે. આવા ઉપચારોમાં વ્યર્થ નાણાં યુગાવવા કરતાં ટુંકમાં જાતે તૈયાર કરતાં શીખો અને જાતે વેદ યાવ, કોઈને પણ ઉપરની દવાઓ તૈયાર જોઈશે તો અમો તૈયાર કરી આપીશું તે આ પત્રદારા જણાવશે.

આશા છે કે તૈયાર ઉપર બેસવા કરતાં જાતમહેનત કરતાં શીખશે અને મને લી-ધેલા કાર્યમાં જશ આપાવશેજ.

૩. ચાંદી કે ટાંકીના ઉપાય.

ચાંદી કે ટાંકી એક યુરામાં યુરો અને ચોપી રોગ છે. કોઈ જાતની બદીથી ખરાબ વ્યવહારથી, પ્રેરડીટયુટો જેવી ખરાબ સ્ત્રીઓના સહવાસથી આ રોગનો ઉપદ્રવ થાય છે. ઘણા યુવાન પુરુષો આ બચકર રોગના પંજમાં સપડાય છે અને તેડું કારણ યુવાવસ્થાએ પહોંચતાં પૈસાની અછત, કન્યાની ખોટ, તંગ સ્થિતિ અગર તો માઆપોની સખ્તાઈ, ગેર-સમજના પરિણામે આવા ખરાબ સંજોગોમાં આવે છે અને રોગના ભોગ થાય છે.

મુખ્ય જોવા સ્થળમાં સપડાવાના રસ્તા ઘણા હોય છે અને તેને પરિણામે પાછળથી પસ્તાવાનો વખત આવે છે. લીલાવતીના બેલમાં સુમતિ વિલાસને લીલાવતીના સંવાદના ગાયનમાં કહે છે તે સ્વ. સાક્ષર શ્રી હાલાબાઈએ ઉત્તમ બોધ આપેલ છે.

x x x x x

ગુણવંતી ગુણીયલ ગોરી ગુણીકા.....લી.

હરે પુરપતું હીર.

આ એક સ્તુત્ય સ્તોત્રજ ગણાશે. મારા ખાનદાન કુટુંબના બાળકોજ આવા પ્રસંગોમાં ફસાય છે અને હેરાન થાય છે. આ રોગમાંથી કેટલી બધાધિ મુક્ત થાય છે તે વીતિ હશે તે જણી શકશે.

આ દૈને માટે અમારા સાંભળવામાં આવેલ છે કે ગાસુકડાં કરીને જંગલમાં નાનાં ચીમડાં (ખાટાં) જેવા પીળા રંગનાં થાય છે. પીતુડીના ફળ જેવાં પણ મોટાં થાય છે. આ ફળનો રસ કાઢી એક શેર રસમાં રા. ૨૫ ભાર પારો (હરણીશિ) નાંખવો અને એક શીશામાં ભુચ મારી પેક કરવો. તે પારો અંદર ચાર છ માસે તદન પીગળી જશે એટલે મરી જશે. પારો મર્યા બાદ આ રસનો ઉપયોગ લેવો. એક રા. ભાર હથેલીમાં નાંખી ખૂબ બળે હથેલી ચોળવી એટલે રસ પ્રવેશ કરી જશે. આ પ્રમાણે ત્રણ ચાર દિવસ પ્રેકટીસ કરવી અને હથેલી સુંધી જેવી તેમજ જીભથી સ્વાદ લઇ લેવો. બ્યારે એકદમ કઠરી લાગશે એટલે જીભનું કોકડું થઇ જશે ત્યારે આ રોગ રસ્તો લેશે એટલે જડમજમાંથી જશે.

આ રોગને માટે એક જર્મન પ્રોફેસરે ઈન્કશન કાઢેલાં છે તેનાથી પણ ૩૬ કલાકમાં નાશુદ થાય છે પણ તેની કિંમત અત્યારે રા. ૨૦૦ ઉપર થાય છે પણ ઉપરની દ્રાવ કરવા જેવી છે. પરમાર્થી પુરુષો આ પ્રયોગ અજમાવી જોશે. હાલ એજ.

૪. ધાતુસાવ અને સ્વપ્ન દોષ.

અધુના ઘણી જગ્યાએ યુવાન બાળકો કે છોકરાઓના શારીરિક બાંધાઓ તદ્દન નબળા દેખાય છે. ઠંડીમાં ન્હાતાં કે પંદર વીસ મીનીટ ઠંડા પાણીમાં વધારે ન્હાતાં શરીરપર ધુબરી છુટે જણે કે કંપવા થયો હોય ! વખતે વખતે બેચેની જણાય છે. દિવ ઉઠાસ જણાય છે તે એટલે સુધી કે મ્હોરાપરથી ગમગીની સ્પષ્ટ પારખી શકાય છે. વખતે મન વિષય તરફ દોડે છે અને આતુ' કાળુ મનની નમળાઈ માને છે. મેં ઘણાને પુછી જોયેલ છે કે કામદાન વીના મનની નમળાઈ છે પણ ખરૂં કારણ તેઓ છુપાવે છે અને તેથી દિનપ્રતિદિન શરીરને નુકસાની પહોંચાડે છે. હેવટ બાધિ લાગુ પડે છે. તાવ જગમ છે. માથામાં દુઃખાવો થાય છે. કમર દુઃખે છે, શ્વાસ ચડી આવે છે. હાથ પગમાં કળતર થાય છે, ગ્રાહની કબજાત રહે છે ત્યારે કહે છે કે મુખાઈના પાણીની અસર છે. ડીસ્પેપ્સીયા છે પણ ખરૂં કારણ જણાવતા નથી શરમાય છે અને નુકસાન મહન કરે છે.

ખરૂં કારણ સ્વપ્ન દોષ યાને સ્વપ્નમાં શુક્રતું સ્ખલીત થવું હોય છે તેનાથી ક્ષીણતા વધે છે. વૃદ્ધાન ૧૮ થી ૨૧ વર્ષનાને સ્વપ્નમાં જાય છે. મહીનામાં એકાદ વખતથી વધી ૩-૪ વખત થાય છે તેમાંથી બે ત્રણ દિવસને આંતરે અને પછી રોજ દેખાતાં પેસાળ સાથે જાય છે.

બોરાકમાં ફેરફાર, ચાહ પીણું વધુ અને રૂઝાંગ, અનિયમિતતા એવી રીતે શ્રાવને રસ્તો આપે જાય છે. હેવટ છાતીમાં ઘણાને દાહ થાય છે, મુઝાય છે, બીડાતું હોય તેવું થાય છે અને તેને પરિણામે વખતે પેમાખમાં લોહી પડે છે અને રોગતું પરિણામ ઉઠી ઉતરે છે અને રોગક્ષય લાગુ પડે છે, તે ફરેટ રોજમા આવે છે અને આતુ' પરિણામ છાંદગીનો અંત લાવે છે. ધાતુસાવને માટે શરૂઆતમાં યોગ્ય ઉપચાર કરવાની જરૂર છે. શરૂઆતને માટે ઘણાજ સ્હેલો અને સસ્તો ઉપાય નીચે પ્રમાણે છે.

૧ પેસા બાર તકમરીયાં.

૧ „ „ દેશી ગોળ.

અને ઝીણું વાટી તેની ગોળા બે કરવી અને તે છ સાત દિવસ સવાર સાંજ એકેક ગોળા ક્ષેત્રી આથી આવ જમ થાય છે ત્યાર પછી સ્તંભન દવાઓ અને પૌષ્ટિક દવાઓ કરવી.

ઉપલી ગોળાથી બે દિવસમાં ફેર ન જણાય તો બીજું કપડું રાખતુ પશુ શરૂઆતમાં અટકાતના ઉપાય કરવા. ઉપરનાજ કારણથી ક્ષયના બે ત્રણ કેમ મારા જણવા અને જોવામાં આવેલા છે. માટે વેળાસર એતવું.

“ અંગણ ” વ્યમનમ્ ૨. ૭૧

૫. પુરૂષાતનનો ઉપાય.

ચીજો—કૂકડીનાં બાર દિવસ થપલા છડાં બે, બીરબોટી (ગોળગાય), અકલકરે, અકેક ભાર, ઘોળા તલતુ' તેલ ૩ ૩) ભાર.

તેલ ખનાવવાની ક્રિયા—તેવને કદામમાં નાંખી ગરમ કરવું. તે કકડે એટલે ઉગ્રને ગર માત્ર નાખવો. એટલે અંદરની સહેતી નાખવી. અને ઉપરું પક અદાર નાખી દેવું. બા-દીની જણુઓ ખાડીને નાખવી. એ જણું મળી જઈ એક રસ થાય તેવરે ઉતારી લેવું. થડું પડે એટલે ઉપર ઉપરથી હાથવડે તેલ લઈ લેવું. બાકી જે માવો પડે તો રહે તેમાં ફરીથી અલેક તેલ નાખી ગરમ કરવું—એકરસ થયે થડું પાડવું અને તેમાંથી તેવ નીકળે

તે બીજા નંબરનું છે. માટે જેક પ્રસંગનાં તેલ જુદાં જુદાં બરી લેવાં. નપુંસક પુરુષને પ્રથમના તેલથી ત્રણ દિવસમાં ક્ષાયો થશે. માટે તેનું માલેસ કરાવવું. અને બીજી રીતે નવ-જાણ હોય તેવાને બીજા પ્રકારના તેલના માલેસથી ક્ષાયો થશે.

૨.

કમળું કાળું રંગાળું લેવું તેને ચીરવું અને તેમાં એક રૂપીઆભાર પારો શોષેલો બરેલો. પછી તે રંગાળું બરસાડમા બાકવું. બદામી જાતે તેવારે દાહીને તેમાંથી પારો ખેંચી લેવો અને રંગાળું હોય તે ખાઈ જવું. સાત દિવસ કરવું અને રોટલી થી સાકર સાથે ખાની. મીઠું, મરચું, હાંગ, તેલ, ખટાસ બધે-મગદાષ વધે.

૬. સંકોચન અને પ્રદરરોધન ગુટીકા.

(૧) માયા, ફટકી, મોંગફુલ, બડેકાં, મીમરી, અરીણ અને શીલાજીત એની સોગડી અગર ચણા જેવડી ગોળી લેવાથી પ્રદર અટકે અને અવયવોને બળ મળે.

(૨) માયા, હીમજ, હરડે, કાચો, દાડમની છાલ, આમળાં, હીરાકસી, શીલારસની મરી જેવડી ગોળી લેવાથી પ્રદર અટકે અને અવયવો સંકોચાય.

(૩) દાડમનાં છોડાં વાટી કપડાંથી કરવાં. પછી તેમાં પાણી રેડી ઝીણું કપડું નાખી ઉકાળવું. પાણી ઘટી જાય ત્યારે ઉતારી લઈ કપડું સૂકવી ગળવું. તેમાંથી પેંચ બનાવવા નેટલો ભાગ લેવાથી પ્રદરનો રોધ થઈ બળ મળે.

(૪) દાડમના વજ્રગાળ ચૂર્ણને લોખંડના પાત્રમાં સરસીયા તેલથી ઉકાળવાં અને થડ મલમ જેવું થાય ત્યારે ઉતારી લઈ એના લેપથી પણ સક્તિ હાયમ રહે.

(૫) કંકુ, કેશર, મણુસીલ, ગંધક, રાજ, અને ગજપીપર દુધના માવા સાથે છુટા તેની ગોટી લેવાથી નરમ અવયવો સુધરે.

નકતુ અટકે—છાશમાં લાખવું ચૂરણ પીવાથી નકતુ અટકે. (૨) સુનાની આછ, અળતાની પોથી, વાકવળવું કુપ ટાંક ૭ તેલ સાથે લસોડીને પાવાથી ગર્ભ રહેતો અટકે.

છોડ પડે—જમ્બુનાં ફુલ લસોડીને પીવાથી છોડ પડે.

દુધ વધે—ચણાની દાળ, ખાડ અને ગાયનું ધી મેળવી રાત્રે સૂતી વખતે ખાય તો દુધ વધે.

૨૧. ૨૧. છગનલાલ લલ્લુલાલ દેશીનામાવાળા.

૭. પેદુની પીડા અને રોગચાળ.

સંવત ૧૯૭૦ ના આમો વદમાં દીવાલીના હંગામમાં મને પેદુની નીચે જમણી તરફથી પેદુ અને ઉપરથી ઉપર જ્યાં કટીના કાપ પડે છે તે જગ્યાએ જમણી, કાળી બાજુમાં એક મોટું દરદ થઈ આવ્યું હતું. તે દરદ ઉપર અમોએ કુદશાની સાદ, તેમજ ગરમ દવા મુકી પણ કાંઈ આરામ થયો નહિ.

(૧) જે દિવસ મંત્રી મારી સ્ત્રી કે જેણે બહારગામ તેમના પીએર મયા દત્તાં તેઓ ત્યાંથી આવ્યાં કે તેમણે તુરત સાંજે “કાંઈ તથા અનુષંગ (અગ્રીની ગોંડા)” સમ-ભાગે છુટીને કાઢીમાં ગરમ કરી, તે દરદવાળા ઉપસેલા આડા ભાગ ઉપર ચૂકતાં રાત્રે નિરાંતે ઉંઘ આવી ને તે દરદ સવારે બેમી ગયેલું જણાયું. એક જે દિવસમાં ત્રણ ચાર સમય ઉપર પ્રમાણે ગરમ પોટીસ ચાવુ રાખવાથી દરદ તદ્દન બેસી ગયું. એ અઘાંધિ પાછું ઉપરનું નથી. કાંઈકે પાસે ચીરાલ તો વધારે હેરાનગતિમાં પડના. માટે હમોઈ દરદ

ઉપર આપણે ખાધએ તે કાંદા (હુંગળી) અને અલુખડાં (અળવીની ગાંઠો) છેલીને સાફ કરી લગાવી પાટો બાંધવાથી આરામ થાય છે.

(૨) મારી સ્ત્રીને પણ ગયે વર્ષે સં. ૧૯૭૨ ના આસો માસમાં સાથળ નીચે “ રાઝુલ ” જેવું દરદ ઉપડી આવ્યો જમણો પગ સાથળના મૂળથી સુથ આવ્યો હતો. તે ઉપરોક્ત કાંદા તથા અલુખડાંના ઉપચારથી તદન ખે દિવસમાં સારો થઇ ગયો હતો અને દરદ ખેસી ગયું હતું. જે હજી ઉપડ્યું નથી. માટે સર્વ સજ્જનોના હિતાર્થે ધન્વન્તરિમાં એ મારી અનુભવી સૂચના દાખલ કરશે. ઘણાખરા લોકો પ્લેગની ગાંઠ ઉપર એકલા કાંદાનો પણ પોલીસ મારે છે ને તેથી લાભ થાય છે. તે વખતે અમે ધન્વન્તરિના આહુત નહોતા જેથી કુદરતી ઉપચારના લાભથી અજાત હતા.

રા. રા. પ્રાગલ ઢાણભાઇ મારતર-મુંગાદ.

૮. કાલેરાની દવા.

૧ પહેલો ઉપાય:—મરચા ૩. ૦૧ પા ભાર અને દહીં ૩૧. ૨) ભાર કલાકે કલાકે આપવાથી ગમે તેવું કાલેરા હોય તો મટે છે.

૨ બીજો ઉપાય:—લીલામું ૩. ૦૧ પા ભાર આમલીનો કચુકો ૩૧. ૦૧ પા ભાર જેની મોલી ૩૧. ૦૧ અરધાભાર ૩. ૨ ભાર હુંગળીના રસમાં ઘોળીને દેવાથી એકદમ મટે છે છતાં એકવાર વધુ પાવાથી ફરીવાર ઉથલો કરી શકશે નહિ.

પથ:—દહીં, ચોખા, હુંગલીનું પાણી, ટોપરાંતું ખમણ, મરચાં અને ખટાશ. લીંસુ દેવા. મીઠું પથ નથી. જીખ લાગે તોજ ખાય.

૯. પ્લેગની દવા.

કહું, કરીયાતું, લીંબડાની અંતરજાલ, અને લીંબડાની ગળા એ ચાર વસ્તુને ઉકાળી પીયરાવતું જેથી પ્લેગનો તાવ ઉતારે છે, ગાંઠ ખેસી જાય છે, અને આરામ થાય છે. ગાંઠ-પર આયોડાઇન ચોપડું. દરદીને પેટમાં બળતરા થતી હોય તો ખડસલીયો, પીતપાપડો, લીંબડાની જાલ, ઘાણા અને કાળી ધ્રાખ એ બધા વાટી પાણીમાં પાવાથી પેટમાંની બળ-તરા શાન્ત થાય છે. તાવ ઉતારવા માટે લીંબડાની ગળા મળી શકે તો દેવી નહિ તો ઉપ-રની દવાઓ બસ છે. બોરાકમાં કાંજ કે દૂધ માત્ર ઈચ્છા થાય તો એક બે દહાડે દેવા, પાણી ઉકાળેલું અરધોઅરધ બાળીને કહું પાડેલું દેવું.

૧૦. કૂમીનો સિદ્ધ ઉપાય.

૧ લીંબડાની લીંબોળાતું તેલ તથા ટરપેટાઇન સરખે ભાગે લઇને જીવાણની જીવોપર લગાડવાથી આરામ થાય છે.

૨ જનવરને ધાંડે પડેલું હોય ત્યાં લીંબડાની લીંબોળાતું તેલ તથા ખરો સીંદોર લગાડવાથી મટે છે.

૧૧. હરશનો ઉપાય.

૧ અરધા રૂપિયા ભાર લીંબડાની લીંબોળાના મીંજની શુદ્ધી સાદર માથે ખવડાવવાથી લોદી પડતું મટી મરણ નાશુદ થાય છે.

૨ લીંબોળાતું તેલ મીંજોના કંટાળાથી બચરાનો એક અકરીર ઇલાજ છે.

રા. રા. વેદ ભાઇશંકર લીંમજ પંથકરી.

૬૫.

દૂધના ગુણ દોષ સંબંધી ધન-વતરિ માસિકમાં આગળ લખાઈ ગયું છે પરંતુ તેના ઉપયોગ ગરમ કરીને કરવાનો હોય તો તેને કેવી રીતે ગરમ કરવું અને દૂધના ખોરાકને કય વસ્તુઓ અતુરૂં છે અને કય વસ્તુઓ પ્રતિકૂળ છે તે જાણત ધણી અગત્યની છે. એ સંબંધી વૈદ્ય પત્રમાં એક લેખ પ્રસિદ્ધ થયો છે તે લેખનો હિંદીમાંથી અનુવાદ આ માસિકમાં આપવો અમને અગત્યનો લાગ્યાથી આ નીચે દાખલ કરેલો છે. (તંત્રી.)

દૂધને ગરમ કરવાની વિધિ:—વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં લખેલું છે કે જોટલુ દૂધ હોય તેનાથી અરધું પાણી મેળવીને ઉનું કરવું જોઈએ. જ્યારે પાણીના ભાગ જળી જાય ત્યારે નીચે ઉનારીને ટાઢુ થવા દેવું જોઈએ. ફરી તેમાં ખાંડ, ધુર, પતાસાં અથવા સાકર નાંખી જોઈએ. ખાંડ રૂધિરને પરિશુદ્ધ કરે છે અને દૂધને હન્ય થવામાં મદદ આપે છે. આથી રીતે ગરમ કરેલું દૂધ હલકું, વાત, પિત્ત અને કફ ત્રણે પ્રકૃતિવાળાઓને અને રોગીઓને માટે અત્યંત હિતકર છે. પાણી નાખ્યા વિનાનું પકવેલું દૂધ પાચનમાં અત્યંત ભારી હોય છે. એવું દૂધ જો કે ધણું પૌષ્ટિક અને જળકારક હોય છે પણ હન્ય કરતાં માટે પણ શરીરમાં અધિક સામર્થ્યની જરૂર છે. માટે વિશેષ શક્તિશાળી અને કસરત કરનાર લોકોએ જ એવું દૂધ પીવું જોઈએ. રોગી અને મંદગમનવાળા મનુષ્યોએ તો જ્યારે દૂધમાં નાંખેલા પાણીના પોણાભાગ જળી જાય અને એક ભાગ શેષ રહે ત્યારે ઉતારી ટાઢુ પાડી પીવું જોઈએ.

ખરાબ દૂધ:—જો દૂધનો સ્વાદ અને વર્ણ બદલાઈ જાય છે, તે ખાટું થઈ જાય છે, તેમાં દુર્ગંધ આવવા માંડે છે અને તેના ઉપર શીયુની સમાન એક પદાર્થ જામે છે. એવા દૂધને ખગડેલું કે ખરાબ દૂધ જાણવું જોઈએ. એવા દૂધને પીનાથી શરીરને ઘણી જ હાનિ થાય છે. ગાય કે બેસડું દૂધ દોષા પડીતા વખતથી તથા ઘડી (કલાક-સવા કલાક) ના અંદર જો ગરમ ન થયું હોય તો પછી તેને ખાવાપીવામાં ન લેવું જોઈએ. વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં આવા દૂધને અતિ હાનિકારક બતાવ્યું છે. દોષેલું દૂધ પાંચ ઘડી કે બે કલાક સુધી ગરમ આવા દૂધને અતિ હાનિકારક બતાવ્યું છે. દોષેલું દૂધ પાંચ ઘડી કે બે કલાક સુધી ગરમ કર્યા સિવાય પડ્યું રહેતો તે અનેક પ્રકારના વિઝરો અને રોગોને ઉત્પન્ન કરવાવાળું થઈ શકે છે. એક આચાર્યેના મત છે કે ગરમ કરેલું દૂધ પણ દશ ઘડી પછી ખગળ થઈ જાય છે. ગરમ કરી ટાઢુ કરેલા દૂધને ફરી ફરી ગરમ કરવામાં આવે તો તે વિપત્તિ સમાન થઈ જાય છે.

જૈનશાસ્ત્રોમાં બદ્ધવામક્યના નિર્ણયકર્તા પ્રાચીનાચાર્યોએ દોષેલા દૂધને બે ઘડી પછી અમલ્ય માન્યું છે. જોટલે જો પદાર્થોનાં વર્ણ સ્વાદ, ગંધ અને રૂપ બદલાઈ ગયાં હોય એવા સમયે પદાર્થો પણ ખાવામાં અમલ્ય માનેલા છે. દોષાના સાત કલાક પછી સર્વ પ્રકારનું દૂધ ગમે તો ગરમ કરેલું હોય કે ઠંડું હોય અમલ્ય થઈ જાય છે. જો વિચાર પૂરક જોવામાં આવે તો આ વાત સર્વથા સત્ય માલુમ પડે છે. સાત કલાક પછી દૂધનો સ્વાદ અવસ્ય બદલાઈને તે ખાટું થઈ જાય છે. માટે દૂધને ગરમ કરેલું હોય તો ધણુ અધિક સમય સુધી રૂંધી બાંધવું ન જોઈએ.

ગાય, બેસ વગેરે પશુઓનું દૂધ સમારના કરતાં સાંતવું વધારે હલકું છે. કારણ કે ગાયનાં પશુઓનું આવા રવાત કામ જમ રહે છે, માટે માનવ જૂઠાં માંડના

દૂધ કરતાં ભારી હોય છે. દિવસમાં સૂઈની ઉપજતા હોવાને લીધે અને પશુઓને ચાલવા કરવાનું હોવાને લીધે સોંજનું દૂધ હલકું હોય છે. માટે સવારના દૂધ કરતાં સોંજનું દૂધ વધારે હિતકર છે. વાયુ અને કદ્દ પ્રકૃતિવાળાં મનુષ્યોને સાંજના વખતનુંજ દૂધ વધારે અનુકૂલ પડે છે.

દૂધમાં તત્ત્વ:—૧૦૦ ભાગ દૂધમાં ૪ ભાગ પૌષ્ટિક તત્ત્વ, ૩૩૩ ભાગ સરખીવાળા પદાર્થ, ૫ ભાગ શ્વેતસાર (સ્ટ્રોચ), ૯૫ ભાગ ક્ષાર અને ૮૬૫ ભાગ પાણી અથવા પ્રવાહી તત્ત્વ છે. દૂધમાં સરીરને પોષણ આપનાર સઘળાં તત્ત્વ સમાયેલાં છે. માટે રોગી, સિક્ક અને યોગી પુરુષ દૂધ વડેજ આરોગ્યતાપૂર્વક જીવન ગાળે છે.

કેટલાંક લોકોને દૂધ પીવાથી જાડા થાય છે અને કેટલાંકને કાઠજવાત થઈ જાય છે. તેનું કારણ એ છે કે ઘણાખરા લોકોને દૂધ પીવાનો અભ્યાસ હોતો નથી. જો તેમને દૂધ પીવાનો અભ્યાસ થઈ જાય તો તે સારી પેઠે પચી શકે છે. અનિયમિત રૂપથી પણ દૂધનું સેવન કરવાથી તે સારી પેઠે પચતું નથી. દૂધ પીવા પછી ઉપર તરતજ જો મળું પાણી પીવામાં આવે તો દૂધના પાચનમાં ગડબટ થઈ જાય છે. દૂધ સાથે વિશેષ પાણી કે પાણીવાળા પદાર્થોના સંયોગથી દૂધ પેટમાં જઠને ખરાબ થઈ જાય છે.

ચા, કૌંશી અને અનેક તાંદુલી ઉત્તેજક તથા વિષારી સ્ત્રીઓનું સેવન કરવાથી અથવા ધીંધીએ ધીંધીએ જુલાખનાં કૌપધો લેવાથી પાકરચળી એકદમ ખરાબ થઈ ઘણી કમજોર થઈ જાય છે અને ફરી દૂધ જેવા પદાર્થને પચાવવામાં અસમર્થ હોય છે. યકૃત, બરણ, આમાશય વગેરે યત્રો જગડી જવાથી પણ દૂધ સારી રીતે પચતું નથી. પેટમાં વાયુની વૃદ્ધિ થવાથી દૂધ વાયકું પડે છે. ભારી પૌષ્ટિક અને સિન્ધુ પદાર્થોનું ખૂબ પેટ ભરીને ભોજન કરી દાહી પડી રહેનાર માણસોની પણ પાકરચળી જગડીને દૂધ પચતું નથી.

જોના સિવાય દૂધ નહિ પચવાનાં બીજાં અનેક કારણો જોવામાં આવે છે. જેને દૂધ પીવાનો અભ્યાસ નથી અર્થાત્ જેમને કોઈ પણ કારણ નહિ હોવા છતાં કેવળ અભ્યાસના રોગથી દૂધ પચતું નથી તેમણે પહેલાં ચોડું ચોડું દૂધ પીવાનો અભ્યાસ સમજો નેહજો. એકદમ ઘણું દૂધ પીવું ન જોઈએ. આમના તાજા દૂધમાં દૂધથી અરધું પાણી મેળવી ગરમ કરવું. બ્યારે તે સારી રીતે ઉકળા રહે અને તેમાં 'ચોડા અંશ પાણીનો શેષ રહે એટલે ઉતારી ખાંડ કે પતાસાં નાંખીને થોડી થોડી માત્રાથી જે ત્રણ વારમાં પીવું નેહજો: બીજા દિવસે ચોડું વધારીને પીવું નેહજો. એ પ્રમાણે ક્રમથી પ્રતિ દિવસ દૂધનું પરિમાણ વધારવું નેહજો. બ્યારે દૂધ પીવાનો અભ્યાસ થઈ જાય અને દૂધ વગર અડચણે સહેજમાં ઉત્તમ થવા લાગે ત્યારે યથેચ્છ રૂપથી દૂધ પીવામાં કોઈ હરકત નથી. જે લોકોની જઠરાગ્નિની કમજોરી કે મંદતાથી દૂધ ન પચતું હોય તેમણે દુધમાં ૨-૩ લીટી પીપર કે ચૂડનો દાકરો નાંખી ઉપર ટલા પ્રમાણે દૂધ પકડીને પીવું નેહજો. જેમને દૂધ પીધાથી આંકરો, પેટમાં ગડબટ કે વાયુનો વિગ્નથ થઈ જાય છે તેમણે દૂધમાં આદુ કે ચુંક અને તજ પકડીને પીવું નેહજો. આવી અવસ્થામાં દૂધમાં કિંચિત્ સોડા ખાદ્યદ્રવ્ય કે ૩-૪ જૂંદ ચૂનાનું પાણી મેળવીને પીવાથી વિશેષ ઉપકાર થાય છે. જેમને દૂધ પીધાથી અરચિ, ભૂખ ન લાગતી વગેરે વિકાર પેદા થઈ જાય છે તેમણે દૂધમાં સીતકના મુળની છાવને પકડીને પીવું નેહજો. દૂધ ઉત્તમ-ધનુરે ન પચવાથી જેમને કોઈ કાંઈ-મત્તા થઈ જાય છે તેમણે દૂધમાં થોડી સોંધ કે ટાપ પકડીને પીવું નેહજો. કૃણ્ડાતની વધારે ફરીવારમાં થોડી ચોનાચુબી નાંખીને દૂધ પકડીને પીવું સાઈ છે. જેમને ઘણું સીકું અને વિષારી ઝાળોના મેવનથી કે વડીએ

તુળશીની અદ્ભુત વિનાશક શક્તિ.

તુળશીના આશ્ચર્યજનક ગુણોનો મહિમા વૈદ્યવર્ગમાં અજ્ઞાત્યો નથી. પણ હવે તુળશીની અદ્ભુત વિપનાશક શક્તિનો પરિચય મળ્યો છે. જંગાળના યોવીસ પરગણા જીવ્હામાં ગોવર ડાળા નામનું એક ગ્રામ છે ત્યાં ગદ્દ નામનો એક ઉછિયો માળા રહે છે. મન મે મહિનાની ૧૪ મી તારીખે તે એક ઝાડ નીચે પડેલી એક આંગાતી કેરી ઉપાડી ખાઈ ગયો. કેરી ખાતાંજ અરધા કલાક પછી તેના શરીરમાં ઘણું જોરથી ઝલ્લઝલ્લી શરૂ થઈ અને ફરી ક્રમથી તેનું સાફ શરીર શિથિલ અને આસમાની થઈ ગયું, અને યોગાજ સમયમાં તે તદ્દન બેભાન થઈ ગયો. અન્તમાં તેના આખા શરીરમાં વિષનો પ્રભાવ જણાવ્યા લાગ્યો. ત્યારે ડૉક્ટર અને વૈદોને તેડવા માટે ત્યારે તરફ માણસ મોકલ્યા પણ જ્યારે સર્વ માણસો આવીને ઉપસ્થિત થયા ત્યારે રોગીને કિંચિતપણ બાન ન હતું. નાડી પણ જણાતી ન હતી. કેવળ નાભિની પાસે જરા જરા દિવા થતી જણાતી હતી. ડૉક્ટરોએ જોઈને કહ્યું કે હવે એની જાગવાની આશા નથી. પણ રથાનીય વિપર્યય શ્રીહૃદયભૂષણ બટાચાર્જે કહ્યું કે અમને એકવાર ફરી ઉપાય ફરી જોવા દો. ત્યારે તેમણે તુળશીના પાંદડાનો સ્વરસ પાશેર કાઢીને રોગીના સમસ્ત શરીરે ચોળી અને યુગ તથા નાભિમાં ભરાય એટલો ભરી દીધો. અરધા કલાક પછી તે જરા જરા હાલસા લાગ્યો. મુખમાં જે તુળશીનો રસ ભર્યો હતો તેને ગળવાનું એક પ્રકારનું તેનામાં સામર્થ્ય ઉત્પન્ન થયું. આવી સ્થિતિ જોઈ તેના ઘરેના સઘળા માણસો તેની વિશેષ રૂપથી સારવાર કરવા લાગ્યા. જે કલાકના આચારમાં તો તે જોડો થઈ વાતો કરવા લાગ્યો. તે વખત તેના શરીરમાં ઘણોજ દાહ થતો હતો પણ તે ઘણીવાર મુઠ્ઠી રોલો નહિ. યોગાજ મમયમાં આ સ્થિતિ દૂર થઈ તે પૂર્ણ રૂપથી નીરોગ થઈ ગયો. તુળશીના આવા આશ્ચર્યજનક ગુણોને જોઈને જાણ લોકો વિસ્મિત થઈ ગયા. આવા અપૂર્વ ગુણોનું સ્મરણ કરીનેજ પ્રાચીન સમયના હીદુ માત્ર તુળશીના વૃક્ષને ઘરમાં વાવીને પૂજા કરતા હતા. પણ હુજનો વિષય છે કે આ વખતે એવી ઉત્તમ વનૌપધિઓ પર અગારી શિક્ષા નથી. (વૈદ)

અ. ગોપાલ નરસિંહ ગોધરી,

સોનામુખી કલ્પ.

સોનામુખીના ડીઝને કાઢી નાંખવાં તથા વચ્ચેની નસોને પગ કાઢી નાંખી. એ પ્રમાણે પાંદડાં સાફ કરીને પછી તેને ઉપયોગમાં લેવું.

સોનામુખી મધ સાથે દિન ૨૧ મુઠ્ઠી ખાય તો ધાત જોશનર થાય.

સોનામુખી સાકર સાથે ખાય તો પિત્ત જાય.

માખણ સાથે સોનામુખી ખાય તો આમ જાય.

ખદુર સાથે સોનામુખી ખાય તો ભુખ લાગે.

દ્રાક્ષ સાથે સોનામુખી ખાય તો અંખનું તેજ વધે.

ભાંગરાના રમ સાથે સોનામુખી ખાય તો ઘટ જવાન થાય.

મોઠાં આમળાનો રસ સોનામુખી સાથે ખાય તો દમ રોગ જાય.

ત્રિફલાના રસ સાથે સોનામુખી ખાય તો આંખનાં ચક્કર જાય.

નગોડના રમ સાથે સોનામુખી ખાય તો પિંડરોગ જાય.

લીંડુના રમ સાથે સોનામુખી ખાય તો પેટનું દરદ જાય.

આંખાકેરી અને સોનામુખી ખાય તો કમળો જાય.

ગોખડ તથા ખાંડ સાથે સોનામુખી ખાય તો વાંઝણી ગર્ભવતી થાય અને પુત્ર જન્મે.

શમળો રસ અને સોનામુખી ખાય તો છાતીનો રોગ જાય.

આમળાની જડ, મધ, સોનામુખી ને ઉપર અંદર લેપ કરે તથા ખાય તો મરદ થાય.

કાચા દિલ સાથે સોનામુખી ખાય તો ગોળો જાય.

બઢીના દુધ સાથે સોનામુખી ખાય તો કરમ થરી જાય.

ગધેડીના દુધ સાથે સોનામુખી ખાય તો જલોદર જાય.

અળશી સાથે સોનામુખી ખાય તો પ્રમેહ જાય.

અજમા સાથે સોનામુખી ખાય તો શરદી જાય.

ખીપળામૂળ સાથે સોનામુખી ખાય તો માથાનું દરદ જાય.

લાંબ સાથે સોનામુખી ખાય તો મરદાઇ ઘણી થાય.

તલના તેલ સાથે સોનામુખી ખાય તો સરપનું ઝેર ઉતરે.

હરડાના દુધ સાથે સોનામુખી ખાય તો રણુમાં ફરે પણુ થાકે નહિ.

આળહરડ સાથે સોનામુખી ખાય તો કોઠ જાય.

સોનામુખી ટાં. ૧, ઉઝળી ખાંડ ટાં. ૩ દિન ૨૧ ફાકે તો કફ ઉધરસ ગરમાઈ ની મટે.

સોનામુખી ટાં. ૧, ગાયનું ઘી ટાં. ૩ દિન ૨૧ ખાય તો કામ પ્રગમ થાય.

સોનામુખી ટાં. ૨, દહીંમાં ખાય તો કંઈ ઝેર ચડે નહિ.

સોનામુખી ટાં. ૨, ગાયના દુધ સેર ૧ માં દીજે તો મુખપર લાલી આવે અને ધાતુ વધે.

સોનામુખી ટાં. ૨, બઢીનું દુધ સેર ૧ માં મેળવી જે ખાય તો ધાતુ આવે, બહુ સ્ત્રી ભોગને

તોષણુ વૃક્ષ થાય નહિ.

સોનામુખી ટાં. ૧, આદાના રસ સાથે ૧૪ દિન ફાકે તો જીર્ણીકર જાય.

સોનામુખી ટાં. ૧, વાસી પાણી સાથે ફાકે તો આંખનું તેજ વધે.

આમળોતસની છાત્ર સેર ૧ પાણી સેર ૧૦ માં ઉકાળી સેર ૧ ગ્લે ત્યારે ઉતારી

સીસામાં ભરી પછી સોનામુખી ટાં. ૧, પાણી ટાં. ૨ સાથે ફાકે તો શરીર શુદ્ધ થાય, મુખ વધે, કાયા સારી થાય, શરીર વળે અને સદા યૌવન રહે.

બાળરક્ષણ અને બાળશિક્ષણ.

(લેખક:-અ. સૌ. બહેન હરિષ્ચંદ્ર બક્ષી-વડોદરા.)

પ્રજાને બલવાન અને નીરાળી બનાવવાને માટે કુદરતના કાયદાને અનુસરી યોગ્ય રીતે વર્તન કરવામાં આવે, તો મારા ધારવા પ્રમાણે આપણા દેશમાં બીજા દેશો કરતાં બાળકોનાં મરણોની સંખ્યા જે ઘણી વધારે બને છે, તે પ્રમાણે થતું અટકે. માફ કરેલું એમ નથી કે સર્વ માતાઓ આવા પ્રકારનું અચાનક ધરાવે છે; તો પણ આપણા દેશની ઘણી ખરી માતાઓ સંતાન સંરક્ષણના કામમાં ઘણી પછાત હોય છે. દાખલા તરીકે કેટલાંક કુટુંબોમાં એવો સાલ હોય છે, કે દરરોજ બાળકોને અમુક દવા તો આપવીજ. આ રિવાજ મારી બહેનોને શું યોગ્ય લાગે છે? બાલામૃત, મેલીનસક્રુડ વગેરે રોજ ખોરાક તરીકે વપરાતી ઝીંજેનો બે કે વાંધો ગણવામાં આવતો નથી. પરંતુ દુલ્લાખમાં વપરાતી અથવા ધાવતાં બાળકોને કૃમિ ઉપર અપાતી દવાઓ જે દરરોજ આપવામાં આવે તો તે કેટલી હાનિકારક છે, તેના નિયાર મારી બહેનોએ પોતેજ કરી લેવો જોઈએ. કદાચ આ દવાઓ આઠ પદર દિવસે આપવામાં આવે તો પ્રકૃતિ અનુસાર બાળકને માફક આવશે. પરંતુ દરરોજ આપવાથી તો તેના ખોરાક પ્રમાણે ગણાશે, તેટલા માટે આ બાળક પર મારી બહેનોએ ખાસ ધ્યાન આપવું એની મારી નમ્ર વિનંતી છે. પ્રથમ આપણા વડીલો જ્યારે તાવ આવતો ત્યારે ચ્દાનો ઉપયોગ કરતા હતા અને હાલમાં જ્યારે આપણને તાવ આવે છે, ત્યારે ચ્દા બિવકુલ આવતી નથી. આનું કારણ શું? કારણ એજ કે તે હવે-આપણે સવારમાં હડી પ્રથમ ખોરાક તરીકે લઈએ છીએ. તેજ પ્રમાણે બાળકોને આવા પ્રકારની દવાઓ હમેશાં આપવામાં આવે તો તે તેના શુભ આપી શકતી નથી અને એક વ્યસન રૂપે થઈ જાય છે માટે કોઈ પણ પ્રકારની દવાઓનો ઉપયોગ કયાં સિવાય જેમ અને તેમ પ્રકૃતિ અનુસાર કુદરતના કાયદાને અનુસરી વર્તવાથી જે સુખ-શાન્તિને આરોગ્યતા મેળવી શકાય છે, તે દવાઓથી બાએજ મેળવી શકશે.

વળી માતાપિતાએ જોટલું ધ્યાન પોતાનાં બાળકના રક્ષણને અર્થે આપવાનું છે, તેથી વિશેષ ધ્યાન તેના શિક્ષણને માટે આપવાનું છે, કારણ કે માતાપિતાનો જે બાળકો પ્રતિ અપૂર્વ પ્રેમ છે તેને પરિણામે તેઓ હમેશાં જે કરે છે તેમાં દિલને માટેજ કરે છે. પરંતુ કોઈ માતાઓના અજાનને લીધેજ ઉપર પ્રમાણે બને છે.

વળી બાળકોના શિક્ષણનો રિવાજ હાલમાં આપણા દેશમાં ઘણોજ યોડો જોવામાં આવે છે. કેટલીક બહેનોને આથી એવું જણાગે કે હાલમાં તો બાળકેજવણી પ્રથમ કરતાં ઘણી આગળ વધી છે, પરંતુ તે દેજવણી નિશાળની છે, અને આપણાં બાળકોને વ્યાવહારિક જ્ઞાનની ખાસ જરૂર છે. તેટલા માટે બાળકોને માતાપિતા તરફથી જે શિક્ષણ મળવું જોઈએ, તે કોઈ બીજા તરફથી મળી શકશે નહિ. અને એટલા માટેજ બાળકોને મળતું એકલું શાળાનું શિક્ષણ કોઈ પરિપૂર્ણ ગણાતું નથી. માટેજ મારે કરેલું જોઈએ, કે હાલમાં બાળશિક્ષણનો પ્રચાર ઘણોજ યોડો જોવામાં આવે છે. તેના જે દાખલા આપું છું, તે પરથી મારી અનુભવી બાળિકો પોતાની મેળેજ સમજ શકશે.

આપણાં કેટલાંક બાળકો સુખી, આનંદી, તંદુરસ્ત અને વિનય વિરહિતનાં દેખાય છે, અને કેટલાંક હાનરજવાળી અને કુદિવાન જોવામાં આવે છે. તથા માતાપિતા અને

સુરખીવર્ગ સાથે વિનય અને નમ્રતાપૂર્વક મર્યાદાથી વર્તે છે. અને કેટલાંક ધરેલી અંદર જાળકો દુઝી, રોગી, અટક્યાળાં-આમનેમ દોડનાં, ગાગો દેતાં, દુઝ્યા કરતાં તથા આળેો દિવસ રડતાં જોવામાં આવે છે. આપણું ધરેમાં સારા કરતાં નરસા ચિતાર વધારે જોવામાં આવે છે. આ ઉપરથી આપણે ચોખ્ખું જોઈ શકીયું કે આપણે દેશ જાળગિજીયુમાં કેટલો પહોત છે!

આપણે આ દેશ એક વખત જાડુ મહત્ત ધરાવતો હતો અને તે કળાકોશલ્ય તથા ઉદ્યોગમાં સૌથી પ્રથમ પદ્ધતિમાં મુકાતો હતો, તેજ આ વખતે ચોગ શિક્ષણને અમાને તદ્દન પગેત થઈ ગયો છે. ધર્મો ખરાં જાળકો બેન્કાર અને આપખીજીય ધર્મો છે. જે જાળકોને ઉઠેરવાને માતાપિતાએ પોતાના પૈમા તથા લોહીનું પાણી કર્યું હોય છે, તે જાળકોની આવી વર્તણૂક જોઈ કયા માતા પિતાને લાગણી નહિ થાય વાર? પરંતુ દરેક માતા પિતાએ એટલું ખાસ ધ્યાન રાખવું જોઈએ કે કુમરુ જાડ વાળરો તેમ વળરો. આ જાળન ખાસ ધ્યાનમાં રાખી દરેક માતાપિતા તથા વડીલે જેમ અને તેમ પોતાનાં બહાવાં જાળકોને ઉત્તમ કેળવણી આપી સુઘ અને સુશિક્ષિત જનાવનાં એજ મારી ખામ વિનંતી છે.

છેવટ પરમ કૃપાળુ પરમાત્મા પ્રત્યે મારી એટલીજ નમ્ર પ્રાર્થના છે કે અમારા દેશી જનુઓ અને ભગિનિઓને ઝાની અને સદ્ગુણી જનારી અમારા દેશને પૂરું સ્થિતિમાં લાવવાને શક્તિવાન કરે. અસ્તુ.

દેવી સંદેશ.

સુધાસાગર.

(અતુમધાન ગત વર્ષના પૃષ્ઠ ૨૭૬ થી.)

માણુક કુકંવાની વિધિ—૮ માસ વયનામાં માણુક લેઈને ૫ તોલા આક્રાના દુધમાં ૭ દિવસ મુડી પવાળી રાખી ૫ જી ફરી ખીજ ૪ દિવસ લોંચુના રમમાં પવાળી રાખે. પછી મારીની પાદી કુવડીમાં આક્રાનું દુધ ૫ તોલા નાંખીને વચ્ચે એ માણુકને નાંખે. તેના ઉપર કુંવારતા પાકાનો ગર્ભ બરે ૫ જી ઉપર કપડમારી કરી જગથી છાંચાની ગમપુટ બઢીમાં વચ્ચોવય કુવડી મુડીને બઢી સળમારે. ટાઢી પડે કુવડીને ટાઢી લેઈ માણુકને બદાર દાઢે. એટલે માણુકની અમન બસમ બની જશે. નપુંમકના, સીતરાય, ગાંધીનો વાયુ વગેરે ધણા રોગ ઉપર કામ આવે છે.

માણુક કુકંવાની ખીજ સીત—૮ માસ વયનામાં માણુક લેઈને દેલી આક્રાના દુધમાં ૭ દિવસ પવાળી રાખે. છઠ્ઠે દિવસે ટાઢીને ૫ જી કુંવારતા પાકાનો ગર્ભ ૪ તોલા તથા બીજામા ૨ તોલા એ જન્મેને કુડીને તેના ગોળો જનામો. ૫ જી અવક અડધાં કુડ લોંચે અને તેટલોજ જાડો લેઈને વચ્ચે ખાડો કરવો. ૫ જી પેલા પાકાનો ગર્ભ અને બીજામાનો જનારેયો અડધો ગોળો ટીકડીની માફક કરીને પેલા ખાકમાં મુડી તે ઉપર પેપું પકાડેલું માણુક મુકવું. ૫ જી તે ઉપર ખાકી રહેલું અડધું બીનાગા તથા કુંવારતા પાકાને કુડેડું મુકવું. ૫ જી ઉપર ખીજે અવકનો દુકેડો મુકવો અને મજબૂત બાંધી કપડમારી કરવું અને ૬ મેર પાકા તોલના છાંચાના કૃકા કરીને હોથપુર ઉડી બઢી વચ્ચે અવકનો ખાડોનો ગોળો મુડી

બાળરક્ષણ અને બાળશિક્ષણ.

(લેખક:-અ. સૌ. બહેન હરિભદ્રા બક્ષી-વડોદરા.)

પ્રાન્તે બલ્લવાન અને નીરોગી બતાવવાને માટે કુદરતના કાયદાને અનુસરી યોગ્ય રીતે વર્તન કરવામાં આવે, તો મારા ધારવા પ્રમાણે આપણા દેશમાં બીજા દેશો દરતાં બાળકોનાં મરણોની સંખ્યા જે ઘણી વધારે બને છે, તે પ્રમાણે થતું અટકે. મારું કહેવું એમ નથી કે સર્વ માતાઓ આવા પ્રકારનું અજ્ઞાન ધરતી છે; તો પણ આપણા દેશની ઘણી ખરી માતાઓ સંતાન સંરક્ષણના કામમાં ઘણી પછાત હોય છે. દાખલા તરીકે કેટલાંક કુટુંબોમાં એવો આલ્સ હોય છે, કે દરરોજ બાળકોને અમુક દવા તો આપવીજ. આ રિવાજ મારી બહેનોને શું યોગ્ય લાગે છે? બાલામૃત, મેલીન્સકુડ વગેરે રોજ ખોરાક તરીકે વપરાતી ઝીન્કોને બે કે વાંધા ગણવામાં આવતો નથી. પરંતુ બુદ્ધિજીવિમાં વપરાતી અથવા ધાવતાં બાળકોને કૃમિ ઉપર અપાતી દવાઓ બે દરરોજ આપવામાં આવે તો તે કેટલી હાનિકારક છે, તેના વિચાર મારી બહેનોએ પોતેજ કરી લેવો જોઈએ. કદાચ આ દવાઓ આડ પદ્ધતિ દ્વારા આપવામાં આવે તો પ્રકૃતિ અનુસાર બાળકને માફક આવશે. પરંતુ દરરોજ આપવાથી તો તેના ખોરાક પ્રમાણે ગણાશે, તેટલા માટે આ બાળક પર મારી બહેનોએ ખાસ ધ્યાન આપવું એવી મારી નમ્ર વિનંતી છે. પ્રથમ આપણા વડીલો જ્યારે તાવ આવતો ત્યારે રહાનો ઉપયોગ કરતા હતા અને હાલમાં જ્યારે આપણને તાવ આવે છે, ત્યારે રહા ગિલકુલ આવતી નથી. આનું કારણ શું? કારણ એજ કે તે હવે આપણે સવારમાં હડી પ્રથમ ખોરાક તરીકે લેઈએ છીએ. તેજ પ્રમાણે બાળકોને આવા પ્રકારની દવાઓ હમેશાં આપવામાં આવે તો તે તેનો શુભ આખી શકતી નથી અને એક બસન રૂપે થઈ જાય છે માટે કોઈ પણ પ્રકારની દવાઓનો ઉપયોગ કર્યા સિવાય જેમ બને તેમ પ્રકૃતિ અનુસાર કુદરતના કાયદાને અનુસરી વર્તવાથી જે સુખ-શાન્તિને આરોગ્યતા મેળવી શકાય છે, તે દવાઓથી ભાગ્યેજ મેળવી શકાશે.

વળી માતાપિતાએ જોટલું ધ્યાન પોતાનાં બાળકના રક્ષણને અર્થે આપવાનું છે, તેથી વિશેષ ધ્યાન તેના શિક્ષણને માટે આપવાનું છે, કારણ કે માતાપિતાનો જે બાળકો પ્રતિ અપૂર્વ પ્રેમ છે તેને પરિણામે તેઓ હમેશાં જે કરે છે તેમાં હિતને માટેજ કરે છે. પરંતુ કોઈ માતાઓના અજ્ઞાનને લીધેજ ઉપર પ્રમાણે બને છે.

વળી બાળકોના શિક્ષણનો રિવાજ હાલમાં આપણા દેશમાં ઘણાજ થોડા જોવામાં આવે છે. કેટલીક બહેનોને આખી એવું જણાશે કે હાલમાં તો બાળકોજવણી પ્રથમ કરતાં ઘણી આગળ વધી છે, પરંતુ તે કેળવણી નિષાળની છે, અને આપણાં બાળકોને વ્યવહારિક જ્ઞાનની ખાસ જરૂર છે. તેટલા માટે બાળકોને માતાપિતા તરફથી જે શિક્ષણ મળવું જોઈએ, તે કાંઈ બીજી તરફથી મળી શકતો નહિ. અને એટલા માટેજ બાળકોને મળતું એકલું શાળાનું શિક્ષણ કાંઈ પરિપૂર્ણ ગણાતું નથી. માટેજ મારે કહેવું જોઈએ, કે હાલમાં બાળશિક્ષણનો પ્રચાર ઘણાજ થોડો જોવામાં આવે છે. તેના બે દાખલા આપું છું, તે પરથી મારી અનુમતી ઝગિનિઓ પોતાની મેળેજ સમજી શકશે.

આપણાં કેટલાંક બાળકો સુખી, આનંદી, તંદુરસ્ત અને વિનય વિવેકવાળાં દેખાય છે, અને કેટલાંક હાજરજવાળી અને જુદિવાન જોવામાં આવે છે. તથા માતાપિતા અને

સાચાં લીલમ કુલવાનો વિધિ—સાચાં લીલમ આક ગામા લેખને (નંગ ચાપર કપડુ) લીંચુના રમમાં સાત દિવમ સુધી પવાળી રાખે પત્રી વનસ્પતિ અમરોવન માધા-
રશુ નામ ખટકલ પશુ દહે છે તેનાં પાંદડાને કુળીને રમ કાઢેલો. તેમાં પાંચ દિવમ પવાળી
રાખતો પત્રી ગુવરનાં પાંદડાંનો રસ કાઢીને તેમા પવાળી ગખતો પત્રી પીપળાના ઝાડની
થાળીને દોર ૧ પત્રી રાખેડી જનાવરી. પત્રી તેમાંની અડધી રાખેડી એક કુવડીમાં નાખરી.
વચ્ચે સાચુ લીલમ સુધીને ઉપર અડધી રાખ દગાનરી પત્રી કુવડીનું મોં બંધ કરીને કપડ
મારી કરવું. પત્રી જંગલી છાંણાંની ગાજપુટ ભટ્ટીમા વચ્ચે કુવડી સુકી સગાળી દેડું અને
દાદું પડેથી લીલમ કાઢી લેવું તેની અમલ ખાખ જની જશે મનુષ્યનું સરીર મેગથી
સુકાર્ધ ગયેલું હરો તેના ઉપર એ જહુજ કામ કરે છે. એના ખાનપાનનો વિધિ આગળ
જણાવવામાં આવશે.

હીરાકણી કુંવાની વિધિ—હીરાકણી એ માસા અગર ચાર માસા લેખને પછી કહના વજાના પાંદડાના અમાં હીરાકણીને સાત દિવસ સુધી રાખવી પછી દેશી આકમના કુધમાં સાત દિવસ રાખવી. પછી જગથી કોકોડાના પાંદડા પાચ તોલા અને નાકચીકણી ધોળાકુવની વજનમાં પાંચ તોલા, ઢાળા ધંતુરાનાં કુપ પાંચ તોલા એ ચાગેને કુટી એકત્ર કરી તેનો ગોળો બનાવવો. ગોળાની વચમાં હીરાકણી ગણીને પછી કપડ માટી કરવી પછી પંદર ગેર જગથી છાણુ પકા વજનના લેધ તેની વચમાં ગોળાને મુકીને સળગાવી દેવું. દંડ ચરેથી ગોળામાંથી હીરાકણી કાઢી એમાંથી સફેદ કુપ જેની થએલી જથ્થાશે. માગવાથી રેતી માફક ચંદ જરો. આ ભરમ મોટા લોકનાજ કામની છે. ઉમરાવ લોકોના માટે છે. તેનો ચુલ પચુ તેનોજ છે. વિધિ આગળ જણાવનાં આવશે.

તાંજા ભરમ ખવરાવવાની વિધિ—પ્રથમ બાદીઆની લકડીમા ભરમ કરેડુ તાપુ નાતાકાદ આદમીને જે રતીમાર ભરમ પાણેર મલાઇમા આપવી. સારમાં આપવી. એ પ્રમાણે સાત દિવસ સુધી જીગમન ન કરે. ખટાઇની કચરી પાગે, તથા મહિના સુધી તેન ન ખાય. જેને મીઠા પ્રગોહથી ધાતુ બંધ રહેતી ન હોય તેને જે રતી ભરમ ચર તોવા ન ખાય. જેને મીઠા પ્રગોહથી ધાતુ બંધ થાય છે. શરીર પુષ્ટ થાય છે. લખ્યા પ્રમાણે ચર તોવામાં ખવરાવવાથી વહેતી ધાતુ બંધ થાય છે. શરીર પુષ્ટ થાય છે. લખ્યા પ્રમાણે કચરી પાણેર; પાણેરથી અડધા સુધી ધી ખાય. કુધ વધારે ખાય તો સાર છે.

અચર્યા પાળે; પારોરથા અઘડા સુધી ધી જાય. હવે વધારે કાલ નથી રહેતો.
ખરસાડીમાં ફુંકેલી તાંબાભસ્મ ખાવાની વિધિ—જેને જ્વોદ્યનો મગ હોય તેને તાંબાની ભસ્મ ગાયત્રી છાસમાં મેળવીને પાષ દેતી. તપ્ત કલાક સુધી ઝડો ન થાય તો તપ્ત રતી તાંબાની ભસ્મ અંશુના મૂળાડાને ઘની અધપાવ (દધ તોવા) રમમા મેળવી મરમ કરી પાષ દેતી એક કયાકર્માં ઝડો થઈ જશે. આડામાં જ્વોદ્યરતી પોટલી નિકળી જશે. ઉપર બોગટી ચોખા, બદામના ગોળા, દ્રાખ, ચારોળા એ મેરા અને મગની દાગની ખીચડી કરી. અંગન વગ્નન ચાર શેર એમાં દોઢ શેર જશેર વગ્નન ની નાખીને તે ખવગવરી. તે તપ્ત હનન થઈ જશે. ભૂખ વધારે લાગે તો ફરી એ પ્રમાણે ખીચડી કરી ખવગવરી. એ પ્રમાણે ઠરનાથી જલદર રોગનો નાશ થાય છે. ફરી કે થઈ શકતો નથી દહી અને હીંમુના જે ઠરનાથી જલદર રોગનો નાશ થાય છે. ઉપર લખ્યા પ્રમાણે વધી હોય તેને તપ્ત દિવસ ત્રણ રતી ખરસાતાથી તેનો નાશ થાય છે. ઉપર લખ્યા પ્રમાણે વધરી પાળવી.

ફલ્ગુનીમાં ભરમ કરેલા તાંબાની ભરમ—જેને શીતવાયુ હોય તેને ત્રણ રતી ભરમ આદાના એક તોલા રસમાં મેળવી પાછ દેઈ તુરત અરીણુનું પુમકું કરીને કાનમાં રાખેલું. કાયકલ ખૂબ ખારીક વાટીને પગના તળીયાંમાં ધસવું તેથી શીતવાયુનો નાશ થાય છે. એ કલાક પછી ખાજરીનો મલીદો ધી સાકર નાખેલો ખાવો. ચાર પાંચ દિવસ સુધી ખુમ ખાધાં કરે. સાત દિવસ સુધી તેલ ખટાશની કચરી પાળવી. જેને નપુંસકતા હોય તેને આ ભરમ બે રતી પંચ તોલા દુધની મલાઈમાં મેળવીને સાત દિવસ સુધી ખવરાવે. સ્ત્રીસંગ તેજનો અને તેલ ખટાશ ન ખાવી. છ મહીના સુધી તેલની કચરી પાળવી. ચૌદ વરસ સુધી તાંબાની ગરમી રહે છે. જેને પિંડ રોગ હોય અને સ્ત્રીરોગો રંગ હળદર જેવો થઈ ગયો હોય હાથ પગને ગાલ ઉપર સોળે ચડી ગયો હોય તેને એક રતી તાંબાની ભરમ, એક તોલા આદાના રસમાં અધવા તો મધમાં ચટાડવી. છ મહીનાનો રોગ હોય તો એક વખત, વધારે મુદતનો હોય તો બે વખત સાત દિવસ અગર તેર દિવસ ખવરાવવી. તેથી પાંડુ રોગનો નાશ થાય છે. આંગ તેજદાર થાય છે. સોજો ઉતરી જાય છે. ખાવામાં ચણાની દાળ ને ચોખાની ખીચડી ધી વગેરે ખાવું, તેલ ખટાશની કરી પાળવી.

તેલીઆકંદમાં ટુંકેલા તાંબાની ભરમ ખાવાની વિધિ—જેને હાડગલીરોગો થયેલો હોય, જોનાઈતી માફક શરીરમાં નસોતરી નિઠળી હોય તેને આ ભરમ એક રતી બે તોલા માંખણમાં મેળવીને ખવરાવવી. એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ ખવરાવે તેલ ખટાશ આ દવાના દુશ્મન સમજવા. ખાંડ અને વાતજ પદાર્થની કચરી પાળવી. ધી ખવાય તેટલું ખાવું. કંઠેલું દુધ ખાવાની આદત રાખવી. દવા ખાય તેથી જમણા દિવસ કચરી પાળવી. તેલની કચરી ત્રણ મહીના સુધી પાળવી. જેના શરીરમાં અશક્તિ હોય તેને બે રતી ભરમ ચાર પેસાબાર ચાંખણમાં મેળવીને ખવરાવે એ પ્રમાણે ચૌદ રતી ખવરાવવાથી શક્તિવાન થઈ જશે. જેને ઝુજમનો રોગ થયો હોય (દંડ્રી કદમાં ટુંકી થવી) તેને બે રતી ભરમ મધમાં ચટાડવી. ચૌદ દિવસ ખવરાવવાથી કાયદો થાય છે. જ્યાં સુધી દવા ખવાય ત્યાં સુધી સ્ત્રી મંજોગ ન કરે. તેમ ખટાશની કચરી પાળે. જેને મુત્રકૃચ્છનો રોગ હોય તેણે દિવસમાં બે વખત એક રતી ભરમ મધમાં મેળવી ને ચાટવી એ પ્રમાણે સાત દિવસ ચાટવાથી તે રોગનો નાશ થાય છે. છાસ, તેલ, ખાંડ એની કરી પાળવી. ચોખાની કચરી પાળવી. ધી વિશેષ ખાવું. એ પ્રમાણે કરવાથી એ રોગનો તુરત નાશ થાય છે. જેને અર્શનો રોગ થયો હોય તેને દરરોજ એક રતી ભરમ મધમાં મેળવી ખાપવી એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ આપવાથી એ રોગ મટે છે. તેલ, ખટાશ, મરચાં, વૃત્તાકનું શાક મસુરની દાળ એ સર્વની કચરી પાળવી. જેને શીત તાવ આવતો હોય તેને બે રતી તાંબાની ભરમ આદાના રસમાં ખવરાવવાથી તુરત તાવ ઉતરી જાય છે.



(અનુવાદક—ગોપાલ નરસિંહ ધાધરી.)

કુસ્તી કરવામાં ભારતવાસીઓએ સારી નામના મેળવી છે. કોઈ સમયમાં આ કળા ભારતમાં બહુ ઉત્તમ હતી. પણ હવે દિવસે દિવસે એનો હાસ થતો જાય છે. જે જે આર પહેલવાનો રફી મધા છે તેમના મરજુ પાછળ, લાય લાય છે કે કલ્લમ આ કળા લુપ્ત થઈ જાય. સુલત્તુ નામની જમ્પાની ક્ષેત્રન જેની જોડમી બધી પ્રસા છે તેકોઈ નવી તીજ નથી. તે આમરી બચાયામ-કળાનીજ એક શાખા છે. બનેલીમાં અને તેમાં બહુજ ઝોલો અન્તર છે. આ કળાને હકિત રાખ્યા અને એની ઉન્નતિ કરવાની મોટી આવશ્યકતા છે.

સન ૧૯૦૮ કે ૧૦ માં બેન્ગલિયન સાહેબ નથુ પહેલવાનોને જાણતી વિલાયત લેખ ગયા-ગાગા, ગામૂ અને ઇમામખંધ. અમેરિકાના નાગીયા પહેલવાન ડોઝર રાલરના બેડે ગામની તેમજ સ્વિટ્ઝરલેન્ડના પ્રસિદ્ધ પહેલવાન લેમ (Lennam) ની સાથે ઇમામખંધની કુસ્તી થવાનો દરમ થયો. બે લાખ નેટલા રૂપીયા બેગા કરી ક્યુલનામાં લખાયાં. રાલર અને લેમને વિલાયતવાળા અજમ સમજતા હતાં. પચ્ચ ૨૦ મિનિટમાં ગામખે રાલરને અને ૧૨ મિનિટમાં ઇમામખંધને લેમને ચપા કરી દીધી. આ બેઠકને, ગયા યુગે દાંત તબે બાં- ૧૨ મિનિટમાં ઇમામખંધ લેમને ચપા કરી દીધી. આ બેઠકને, ગયા યુગે દાંત તબે બાં- ગળા દબાવી. શુવામલું નામ પંજાબ કશરી (The Lion of the Punjab) અને ઇમામખંધનું નામ પુરખ-બાદ (The Panther) રાખવામાં આવ્યું. આ વિજયનાં ઉપવદ્યમાં શુવામલું પંદર હમર રાકડા મળ્યા અને દર્શકોને ટીકટ વેચવાથી જે પૈમા બંને થયા-હતા તેનામાંથી પચ્ચ સેંકડે ૭૦ ટકા નેટલાં નાણાં મળ્યાં હતાં. ઇમામખંધને સાત હમરના સિવાય રિફિટના વેચાણથી પ્રાપ્ત દ્રવ્યમાંથી સેંકડે ૭૦ ટકાનો ભાગ મળ્યો.

એના મોડ સમય પછી આસ્ટિયાના જગદિશ્વરી પહેલાન જિસ્કોની સાથે ગામાની કંટની નિશ્ચિન થઇ. ગામાએ ઇકારનાગામાં લાખું કે એક કસાકમાં હું જિસ્કોની પીડને - ધરતી દેખાડી આપીશ. પણ થરીરમાં જિસ્કો ગામાની યેરડો હતો. એથી ને કે ગામા પોતાની પ્રતિમા પૂર્ણ ન કરી શકે તોપણ રૂઢ કસાક તેને ચોતાના હેડળ રાખ્યો. કુસ્તી પૂર્ણ ના થઇ. એથી બીજો દિવસે પત્રી લડવાની શરૂ થઇ પણ જિસ્કો દેવતા બીજો દિવસે ત્યાંથી